



Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens  
Fondation suisse pour la Promotion de l'Allaitement maternel  
Fondazione svizzera per la Promozione dell'Allattamento al seno

**Medienmitteilung 24. März 2015**

## **Nationale Stillstudie 2014**

### **Unterstützte Mütter stillen länger**

**In der Schweiz gebärende Mütter stillen ihre Säuglinge zu Beginn zahlreich, aber nicht so lange wie empfohlen. Die am 24. März veröffentlichte Stillstudie 2014 des Bundes bestätigt entsprechende Erkenntnisse aus früheren Untersuchungen. Sie zeigt zudem, dass Säuglinge in den ersten Lebensmonaten konsequenter gestillt werden als noch vor zehn Jahren und dass unterstützende Rahmenbedingungen und Massnahmen sich positiv auf die Stilldauer auswirken können. Die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens sieht in den Forschungsergebnissen ermutigende Fortschritte, aber auch Anlass für fortgesetzte Anstrengungen zur Schaffung stillfreundlicher Umgebungsfaktoren. Verbesserungsbedarf ortet sie insbesondere im Bereich der Arbeitswelt.**

Der Wille zu stillen ist bei Müttern in der Schweiz gross. So stillen unmittelbar nach einer Geburt 95 Prozent der Mütter ihr Kind. Die neusten Forschungsergebnisse des Bundes zeigen aber auch, dass sie im Durchschnitt nach 31 Wochen damit aufhören – deutlich früher als Fachorganisationen für die Gesundheit der Säuglinge als optimal erachten. An diesen Fakten hat sich in den letzten zehn Jahren nichts Wesentliches geändert, wie aus der nach 1994 und 2003 zum dritten Mal durchgeführten Studie zur Säuglingsernährung und Gesundheit im ersten Lebensjahr hervorgeht. Etwas zugenommen hat hingegen die durchschnittliche Dauer, während der Säuglinge ausschliesslich mit Muttermilch ernährt werden. So wird im Unterschied zu 2003 heute praktisch nie mehr vor dem 5. Lebensmonat Beikost eingeführt. Die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens (Stiftung Stillen) sieht darin ermutigende Fortschritte. Sie hält aber weitere Verbesserungen für notwendig, denn aus ihrer Sicht stillen immer noch deutlich zu viele Mütter zu früh ab. Gemäss Studie erhalten 35 Prozent der Säuglinge nach dem 4. Lebensmonat keine Muttermilch mehr; nach dem 9. Lebensmonat sind es 75 Prozent und damit sogar mehr als vor zehn Jahren. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt sechs Monate ausschliesslich zu stillen und bei der Einführung der Beikost weiter zu stillen, bis zum Alter von zwei Jahren oder darüber hinaus. Diese Empfehlung wird von den Schweizer Kinderärzten mitgetragen, mit der Präzisierung, dass gewisse Kinder bereits ab Beginn des 5. Lebensmonates Beikost erhalten können.

Die im Auftrag der beiden Bundesämter für Gesundheit (BAG) und Lebensmittelsicherheit (BLV) durchgeführte Befragung ergab deutliche Unterschiede der Stilldauer je nach Alter der

Mütter, Ausbildungsniveau und Erwerbstätigkeit der Eltern, Einstellung der Väter und geographisch-kultureller Herkunft. Unterdurchschnittlich lange stillen beispielsweise sehr junge, alleinerziehende und erwerbstätige Mütter sowie Mütter in der französischsprachigen Schweiz und mit Herkunft Balkan. Säuglinge von älteren Müttern, in einer Beziehung lebenden Frauen, gut ausgebildeten Eltern und Vätern mit positiver Einstellung zum Stillen profitieren dagegen von längeren Stilldauern. Wie bereits frühere Untersuchungen liefert auch die aktuelle Studie Hinweise dafür, dass in stillfreundlichen Spitälern geborene Säuglinge tendenziell länger gestillt werden. Mit dem Label „Baby-Friendly-Hospital“ ausgestattete Spitäler verpflichten sich, Neugeborenen und ihren Eltern besonders günstige Rahmenbedingungen zu bieten.

### **Einfluss der Arbeitswelt wird wichtiger**

Solche und ähnliche Ergebnisse der Studie lassen nach Einschätzung der Stiftung Stillen darauf schliessen, dass Mütter, die in ihrer Stillabsicht unterstützt werden – sei es von den Vätern, dem erweiterten privaten Umfeld, Spitälern, Fachpersonen oder in der Arbeitswelt –, diese Absicht tendenziell länger in die Tat umsetzen als nicht unterstützte. Sie erachtet denn auch unterstützende Verhaltensweisen, Strukturen und Massnahmen weiterhin als sehr wichtig. An Bedeutung stark zunehmend ist dabei der Einfluss der Arbeitswelt, weil Mütter heute nach einer Geburt früher und mit höheren Pensen ins Berufsleben zurückkehren als noch 2003. Unvereinbarkeit von Stillen und Arbeit wurde in der Umfrage von jeder vierten erwerbstätigen Mutter als Grund für ein frühzeitiges Abstillen genannt. Gar nur jede zehnte erwerbstätige Mutter gab an, von ihrem Arbeitgeber über ihre Rechte als stillende Arbeitnehmerin informiert worden zu sein. Diese Befunde wertet die Stiftung als deutliches Indiz für Verbesserungspotenzial bei der Einstellung von Vorgesetzten und Arbeitskolleginnen und –kollegen zum Stillen und bei der Unterstützung durch Arbeitgeber, etwa durch die Bereitstellung von geeigneten Stillräumen. Positive Effekte erhofft sie sich von der am 1. Juni 2014 in Kraft gesetzten Revision des Arbeitsgesetzes, welche neue Bestimmungen zur Entlohnung von Stillpausen beinhaltet und zum Zeitpunkt der Befragung noch nicht wirksam war. Die Vereinbarkeit von Stillen und Arbeit wird auch von der diesjährigen Weltstillwoche (12. bis 19. September) zum Thema gemacht.

### **Gut für die Gesundheit von Mutter und Kind**

Der gesundheitliche Nutzen des Stillens für Mutter und Kind ist allgemein anerkannt. Alle Ernährungsempfehlungen der relevanten Fachgesellschaften und der WHO befürworten deshalb das Stillen. Gestillte Kinder unter einem Jahr erkranken weniger häufig als nicht gestillte. Stillende Mütter sind bestimmten Gesundheitsrisiken weniger stark ausgesetzt und finden schneller zu ihrem Normalgewicht zurück.

Weitere Informationen unter [www.stiftungstillen.ch](http://www.stiftungstillen.ch)

[Zur Studie „Säuglingsernährung und Gesundheit im ersten Lebensjahr“](#)

**Auskünfte:**

Stiftung Stillen

031 381 49 66

[contact@stiftungstillen.ch](mailto:contact@stiftungstillen.ch)**Die Stiftung Stillen**

Die Stiftung wurde im Jahr 2000 gegründet und hat die Förderung des Stillens in der Schweiz zum Ziel, insbesondere durch produkt- und firmenunabhängige Information der Bevölkerung und durch das Bereitstellen nichtkommerzieller Produkte (wie z.B. Stillbroschüren in zehn Sprachen, Comic zum Stillen, App für Stillorte). Die Stiftung zur Förderung des Stillens ist ein unabhängiges, nationales Kompetenzzentrum für die Themen Schwangerschaft, Geburt und Kleinkinder. Sie wird getragen von Organisationen und Institutionen der Gesundheitsförderung und der Betreuung und Beratung von Eltern und ihren Säuglingen.