

Konzept zur Umsetzung der „Nationalen Strategie zur Stillförderung“ im Landkreis Gießen



Inhalt

Einführung und Zielsetzung	3
Bestandsaufnahme bestehender Versorgungsstrukturen für umfassende Stillberatung und Stillförderung	3
Regionale Angebote	3
Bedarfe der Familien	4
Familienhebammenprogramm Runde Sache	4
Stadtteilanalysen	5
Gesundheitsplanung und -berichterstattung	5
Etablierung der kommunalen Stillförderung als Teil der Gesundheitsförderung und Prävention rund um die Geburt und Vernetzung dieser mit anderen Präventionsaktivitäten	5
Stillförderung bedeutet Gesundheitsförderung	5
Auswirkungen des Stillens auf die Gesundheit von Kindern	6
Auswirkungen des Stillens auf die Gesundheit von Müttern	6
Auswirkungen des Stillens auf die Mutter-Kind-Bindung	6
Stillen im Kontext Früher Hilfen	7
Stillberatungsstelle im Gesundheitsamt	7
Vernetzung mit bestehenden Präventionsaktivitäten	8
Stillgruppen	8
Stillbeauftragte des Landkreises Gießen	9
Aufgaben	9
Anforderungen	9
Kalkulation der Kosten für die Stillförderung im Landkreis Gießen	10
Unterstützung der Bildung eines AkteurInnen-Netzwerkes im Bereich Stillen	10
Netzwerke	10
Arbeitsgruppe Stillförderung im Landkreis Gießen	11
Weitere Kontaktpersonen	11
Beratung der Kommunen des Landkreises Gießen zur Etablierung als „stillfreundliche Kommune“	11
Förderung der Akzeptanz des Stillens in der Öffentlichkeit	11
Weltstillwoche	11
Stillfreundliche Orte	12
Stillfreundliche Betriebe	12
Prozessplan zur Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung im Landkreis Gießen	16
Literaturliste	18

Einführung und Zielsetzung

Im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft wurden in den Jahren 2017 bis 2019 mithilfe des internationalen Forschungsprojektes "Becoming Breastfeeding Friendly" (BBF) die Rahmenbedingungen des Stillens in Deutschland untersucht. Nach einer systematischen Bestandsaufnahme zum Stand der Stillförderung konnte nur eine moderate Stillfreundlichkeit erkannt werden. Ein nationaler Handlungsbedarf zur Stillförderung wurde deutlich.^{1 2 3}

Daraufhin wurde auf Initiative des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, gemeinsam mit dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend sowie dem Bundesministerium für Gesundheit eine Nationale Strategie zur Stillförderung erarbeitet und vom Bundeskabinett im Jahr 2021 beschlossen.⁴

Die Nationale Strategie zur Stillförderung setzt in unterschiedlichen Bereichen an. Eines dieser sieben Strategiefelder ist die kommunale Stillförderung, denn die Lebenswelten von Familien haben großen Einfluss auf das Stillverhalten.

Der Landkreis Gießen möchte die Nationale Strategie zur Stillförderung vor Ort umsetzen und stillfreundlicher werden. Ziel ist es, die lokale Stillförderung nachhaltig zu verbessern, die Rahmenbedingungen für das Stillen zu optimieren, die Akzeptanz der Öffentlichkeit für das Stillen zu erhöhen und die Stillmotivation zu steigern.

Familien sollen mit bedarfsorientierten, vernetzten und niedrigschwelligen Angeboten der Stillförderung unterstützt und im Besonderen auch jene Frauen erreicht werden, die bisher seltener mit dem Stillen beginnen oder früher damit aufhören als Vergleichsgruppen.

Das vorliegende Konzept beschreibt die geplante Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung im Landkreis Gießen.

Bestandsaufnahme bestehender Versorgungsstrukturen für umfassende Stillberatung und Stillförderung

Regionale Angebote

Ein erstes Treffen regionaler Akteure der Stillförderung hat im September 2022 stattgefunden, ein weiteres im Juni 2023. Hierfür wurde ein bereits bestehendes Netzwerk, das BDL-Regionaltreffen, genutzt und erweitert. Dieses Regionaltreffen des Berufsverbandes der Still- und LaktationsberaterInnen (IBCLC) bietet qualifizierten StillberaterInnen die Möglichkeit Qualifizierungspunkte zu erhalten und ist auch für alle anderen Stillförderer offen. Neben VertreterInnen aus allen Kliniken der Stadt und des Landkreises Gießen mit Geburtshilfeabteilungen waren eine Kinderärztin des Gesundheitsamtes sowie freiberufliche Stillberaterinnen und Hebammen anwesend.

¹[Das internationale Forschungsvorhaben Becoming Breastfeeding Friendly.](#)

²[Faktenblatt - So wird Deutschland Stillfreundlich - Ergebnisse und Empfehlungen aus dem internationalen Forschungsvorhaben Becoming Breastfeeding Friendly](#)

³[Empfehlungen zur Stillförderung in Deutschland – Handlungsansätze des Forschungsvorhabens Becoming Breastfeeding Friendly](#)

⁴[Nationale Strategie zur Stillförderung](#)

Es wurden bestehende regionale Angebote der Stillförderung und Wissenswertes zum Thema Stillen zusammengetragen. Diese Ergebnisse wurden im September 2022 sortiert und sichtbar gemacht. Alle Akteurinnen, welche an den genannten Treffen teilgenommen haben, können diese Pinnwand eigenständig bearbeiten und somit auf einem aktuellen Stand halten.

Auch von den AkteurInnen des Netzwerks Frühe Hilfen wurden Angebote zur Stillförderung abgefragt und in die digitale Pinnwand eingefügt.

<https://www.taskcards.de/#/board/aa8046c7-99e4-4a37-bd6b-5bfe8372a9ec/view>

Bedarfe der Familien

Aktuell gibt es keine Daten zum Thema Stillen für den Landkreis Gießen.

Um die Bedarfe der Familien zum Thema Stillen in Gießen zu erfassen, soll eine Querschnittstudie durchgeführt werden. Alle Familien, die zur Vorsorge im ersten Lebensjahr (U2 bis U6) in Kinder- und Jugendarztpraxen vorstellig werden, sollen in einem festgelegten Zeitraum (z.B. einer Woche), mit einem kurzen Fragebogen erfasst werden. Dabei ist zu bedenken, dass den Praxen kein oder nur sehr wenig Aufwand entstehen darf, um die ohnehin schon engen zeitlichen Ressourcen nicht zusätzlich zu belasten. Es ist geplant, dass geschulte Studierende für den entsprechenden Zeitraum vor Ort sind, um den Familien die Bedeutung der Befragung persönlich zu erläutern und die Fragebögen auszuteilen und wieder einzusammeln. Die Präsenz der Studierenden dient außerdem einer möglichst vollständigen Erfassung.

Erfragt werden sollen Geburtsmonat und -jahr, die Postleitzahl (zur Differenzierung nach Quartieren), ob noch gestillt wird, was über Stillhindernisse hinweggeholfen hat, gegebenenfalls wie lange gestillt wurde, was Stillhindernisse waren und ob es hilfreiche Maßnahmen gegeben hätte bzw. welche dies gewesen wären.

Die Erfassung wird zunächst auf ausgewählte Kinder- und Jugendarztpraxen im Landkreis Gießen beschränkt.

Eine Studentin aus dem Bereich Ernährungswissenschaften der JLU hat großes Interesse daran, die oben genannte Befragung im Rahmen ihrer Masterarbeit durchzuführen. Sie kann bereits im Wintersemester (1.10.23 -31.3.24) beginnen.

Für diese Option entstehen dem Landkreis Gießen keine Kosten. Für die Begleitung bzw. Zweitkorrektur der Arbeit wären ca. 1-2 Stunden/Woche aufzuwenden. Dies kann eine Kollegin aus dem Kinder- und Jugendärztlichen Dienst übernehmen. Sie hat vier Wochenstunden für den Bereich Gesundheitsförderung und Prävention zur Verfügung. Weiterhin gibt es Interesse an der Fortführung dieser Erhebungen im Rahmen einer Dissertation durch zwei Studentinnen der Hebammenwissenschaften. Diese können im Sommersemester 2024 starten.

Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, Daten zum Thema Stillen in Kooperation mit dem Fachbereich Soziologie der JLU zu erheben. Angedacht ist beispielsweise eine qualitative Erfassung von Ursachen zum Abstillen im Rahmen eines Seminars zum Thema Leitlinieninterview.

Ein stillfördernder Nebeneffekt der Kooperation mit den Hochschulen ist, dass wichtige MultiplikatorInnen gewonnen werden, die das Thema Stillen in ihr soziales Umfeld hineintragen.

Familienhebammenprogramm Runde Sache

Seit 2015 werden Mütter, deren Begleitung durch das Familienhebammenprogramm Runde Sache beendet wird, zu ihrer individuellen Stilldauer befragt. Diese Befragung

soll umfangreicher werden. Mit dem oben genannten Fragebogen, können auch Familien, die über das Familienhebammenprogramm Runde Sache begleitet werden, befragt werden. Hierüber kann das Stillverhalten eines Teiles der psychosozial belasteten Familien im Landkreis Gießen sichtbar gemacht werden. Gerade in diesen Familien ist die Wirksamkeit der stillfördernden Maßnahmen von besonderem Interesse. Gleichzeitig ist zu bedenken, dass diese Familien eine langfristige individuelle Begleitung durch Familienhebammen und Familienkinderkrankenschwestern erhalten. Die Familien werden je nach Bedarf meist bis zum ersten, selten bis zum dritten Geburtstag des Kindes begleitet.

Stadtteilanalysen

Eine Analyse der Bedarfe in prekären Quartieren ist nützlich und notwendig, um Maßnahmen gut planen zu können. Die Menschen vor Ort sollen maßgeblich eingebunden werden. Die bestehenden Strukturen sollen hierbei berücksichtigt und genutzt werden. StadtteilforscherInnen und GemeinwesenarbeiterInnen sind dafür wichtige AnsprechpartnerInnen und sollen eingebunden werden.

Gesundheitsplanung und -berichterstattung

Die Kooperationen mit den Hochschulen bieten Gesundheitsberichterstattung auf hohem Niveau, möglicherweise auch mit der Option auf Veröffentlichung in wissenschaftlichen Zeitschriften oder Kongressen.

Nach der Analyse der Bestandsaufnahme bestehender Versorgungsstrukturen für Stillberatung und Stillförderung werden Bedarfe und Herausforderungen identifiziert. Hierbei und bei der Entwicklung von stillfördernden Maßnahmen werden relevante AkteurInnen aus den Bereichen der Gesundheitsförderung und Familienunterstützung eingebunden. MitarbeiterInnen aus Krankenhäusern, Hebammen, KinderärztInnen, MitarbeiterInnen aus Familienzentren, Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte, GemeinwesenarbeiterInnen und StadtteilforscherInnen sollen hierfür ebenfalls angesprochen werden.

Maßnahmen könnten Schulungen für Fachkräfte, Bereitstellung von Informationsmaterialien für Eltern, öffentliche Stillräume, Stillgruppen, Sensibilisierungskampagnen usw. sein.

Die Angebote der Stillförderung sollen systematisch in die kommunale Gesundheitsplanung und -berichterstattung aufgenommen werden, um sicherzustellen, dass sie bei zukünftigen Planungsprozessen berücksichtigt werden.

Etablierung der kommunalen Stillförderung als Teil der Gesundheitsförderung und Prävention rund um die Geburt und Vernetzung dieser mit anderen Präventionsaktivitäten

Stillförderung bedeutet Gesundheitsförderung...

...und ist eine wirksame Präventionsmaßnahme. Stillen ist die natürliche Ernährung des Säuglings. Muttermilch ist in ihrer Zusammensetzung ideal auf seine Bedürfnisse

abgestimmt. Es ist wissenschaftlich belegt, dass sich Stillen sowohl kurzfristig als auch langfristig positiv und nachhaltig auf die Gesundheit von Kindern und Müttern auswirkt.

Auswirkungen des Stillens auf die Gesundheit von Kindern

Atemwegserkrankungen, Darmerkrankungen⁵ und Mittelohrentzündungen⁶ kommen bei gestillten Kindern deutlich seltener vor und somit bedeutend weniger Krankenhauseinweisungen von Kindern. Das Risiko am plötzlichen Kindstod zu versterben, wird bereits nach zweimonatiger Stillzeit um die Hälfte reduziert.⁷ Aber auch stetig ansteigende Zivilisationskrankheiten können durch Stillen beeinflusst werden. Längeres Stillen wird mit einem deutlich reduzierten Risiko assoziiert, im Laufe des Lebens an Übergewicht und Adipositas⁸ zu leiden und dem Risiko an Typ-2-Diabetes⁹ oder dem metabolischen Syndrom¹⁰ zu erkranken.

Auswirkungen des Stillens auf die Gesundheit von Müttern

Neben den unmittelbaren Effekten des Stillens nach der Geburt, eine schnelle Rückbildung des Uterus und damit geringere Blutungen und weniger Infektionen im Wochenbett¹¹, werden auch langfristige Effekte des Stillens beschrieben. Stillen reduziert das Risiko der Mutter an Brust-,¹² Eierstock-¹³ und Gebärmutterkrebs¹⁴ zu erkranken. Stillen kann die Mutter vor Typ-2-Diabetes,¹⁵ Bluthochdruck¹⁶ und kardiovaskulären Erkrankungen¹⁷ schützen.

Auswirkungen des Stillens auf die Mutter-Kind-Bindung

Aufgrund der physiologischen Vorgänge beim Stillen wird die Entwicklung einer stabilen Mutter-Kind-Bindung unterstützt. Hormone wie Oxytocin und Prolaktin, die während des Stillens ausgeschüttet werden, fördern die mütterliche Zuwendung.¹⁸ Studien haben gezeigt, dass ausschließlich stillende Mütter eine stärkere Aktivierung bindungsrelevanter Gehirnregionen aufweisen¹⁹ und niedrigere Stresshormonspiegel haben²⁰. Es wurde festgestellt, dass nichtgestillte Kinder ein erhöhtes Risiko für Vernachlässigung oder Misshandlung durch die Mutter haben²¹ und dass stillende Mütter eine erhöhte elterliche Feinfühligkeit entwickeln können²². Erfolgreiches Stillen stärkt das mütterliche Gefühl von Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit. Unter

⁵ Horta et al., 2013

⁶ Bowatte et al., 2015

⁷ Thompson et al., 2017

⁸ Horta et al., 2015

⁹ Horta und Lima, 2019

¹⁰ Wisnieski et al., 2018

¹¹ Saxton et al., 2015; Sobhy und Mohame, 2004; Chua et al., 1994

¹² Collaborative Group Breast Cancer, 2002

¹³ Babic et al., 2020

¹⁴ Jordan et al., 2017

¹⁵ Behrens I, Basit S, Melbye M, et al., 2017

¹⁶ Stuebe et al., 2011; Zhang et al., 2015, Ebina & Kashiwakura, 2012

¹⁷ Schwarz et al., 2009

¹⁸ Uvnäs-Moberg 2003

¹⁹ Kim u.a., 2011

²⁰ Handlin u.a. 2009; Heinrichs u.a. 2001

²¹ Strathearn u.a., 2009

²² Tharner et al., 2012; Kim et al., 2011; Britton et al., 2006; Pefiacoba & Catala, 2019

diesen Gesichtspunkten kann Stillen, gerade für psychosozial belastete Familien, eine bedeutsame Ressource sein.

Stillen im Kontext Früher Hilfen

Es gibt statusspezifische Unterschiede im Gesundheitszustand von Kindern. Deswegen kommt der Stillförderung gerade für Familien mit niedrigem Sozialstatus eine besondere Bedeutung zu. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt Müttern, ihre Säuglinge mindestens sechs Monate ausschließlich und danach unter Gabe von Beikost weiter zu stillen. Laut den Daten aus KiGGS wird deutlich, dass auch das Stillverhalten der deutschen Mütter stark von ihrem Sozialstatus abhängig ist.²³

Tabelle 1 KiGGS Stillen Sozialstatus

KiGGS-Basiserhebung ²⁴	Niedriger Sozialstatus	Mittlerer Sozialstatus	Hoher Sozialstatus
Anteil der Mütter, die jemals, auch nur kurz, gestillt haben	67%	80%	91%
Anteil der Mütter, die mindestens 6 Monate gestillt haben	31%	37%	48%

Neben der bereits genannten Gesundheitsförderung spart Stillen Geld. Auch organisatorische Leistungen wie die Planung des Einkaufes und die hygienische Zubereitung von Milchflaschen fallen weg. Dies ist im Kontext der Frühen Hilfen eine wertvolle Ressource und kann Familien entlasten.

Insbesondere Familien, die besonderen psychosozialen Belastungen ausgesetzt sind, haben häufig keine Hebamme an ihrer Seite. Auch die eigenen Herkunftsfamilien verfügen meist über wenig Still Erfahrung. Diesen Familien einen guten Stillstart zu ermöglichen und bei Stillschwierigkeiten eine professionelle und kostenlose Unterstützung anzubieten, kann ein wichtiger Schritt in Richtung Stillförderung sein.²⁵

Stillberatungsstelle im Gesundheitsamt

Frauen, die mit dem Stillen beginnen, haben sich zunächst für das Stillen entschieden. In der Regel ist nicht der Wunsch nicht zu stillen der Grund für ein verfrühtes Abstillen, sondern Stillprobleme, die dazu führen, dass Mütter das Stillen abbrechen müssen oder möchten. Häufige Ursachen für das Abstillen sind die Annahme, zu wenig Milch für das Baby zur Verfügung zu haben sowie Schmerzen, die während des Stillens auftreten. Bei Stillproblemen ist rasche fachkundige Hilfe notwendig, um ein frühzeitiges Zufüttern oder Abstillen zu vermeiden. Wegen des vielerorts bestehenden Hebammenmangels kann dabei nicht immer auf eine Hebammenunterstützung bei Stillproblemen zurückgegriffen werden.

Des Weiteren beansprucht eine Stillberatung meist mehr Zeit, als Hebammen im Rahmen ihres Hausbesuchs zur Verfügung steht. Gerade bei komplexeren Problemen ist eine professionelle Stillberatung eine geeignete Ergänzung zur vorhandenen Hebammenleistung.

²³ [Stillen als Ressource nutzen im Kontext der Frühen Hilfen](#)

²⁴ [Verbreitung, Dauer und zeitlicher Trend des Stillens in Deutschland](#)

²⁵ [Stillen als Ressource nutzen im Kontext der Früher Hilfen](#)

Im Gesundheitsamt wird eine Beratungsstelle zum Thema Stillen und Säuglingsernährung im Gesundheitsamt eingerichtet. Dies ist eine sinnvolle Ergänzung zu den bestehenden Versorgungsstrukturen. Durch eine professionelle Stillberaterin (IBCLC) kann dort schnelle, kostenlose und fachkundige Beratung für (werdende) Mütter/Eltern, insbesondere für psychosozial belastete Familien, angeboten werden.

Zunächst ist geplant, dieses Angebot ein- bis zweimal pro Woche für zwei bis vier Stunden vorzuhalten. Bei Bedarf könnte dieses Angebot erweitert werden.

Es soll darauf hingewirkt werden, dass Beratungen bereits in der Schwangerschaft unter der Einbeziehung des Partners oder der Partnerin stattfinden, um motivierend zum Stillen beraten zu können.

Termine werden vorerst sowohl telefonisch als auch über die E-Mailadresse: Stillberatung@lkgi.de vereinbart. In der Anfangsphase sind individuell passende Terminabsprachen möglich. Sollte sich der Bedarf höher als erwartet erweisen, könnte ein fester Vormittag und Nachmittag für Termine reserviert werden. Hierbei muss beachtet werden, dass Termine nur dann vergeben werden können, wenn nur eine Mitarbeiterin im verfügbaren Doppelbüro zugegen ist. Die Beraterinnen in der Kreisverwaltung sind Frau Dr. Mack (2 Stunden/Woche) und Frau Deissmann (4 Stunden/Woche).

Um Familien in psychosozialen Belastungssituationen zu erreichen, ist es von großer Bedeutung, dass die Kooperationspartner des Netzwerks Frühe Hilfen über das Stillberatungsangebot informiert sind und Ratsuchende dorthin vermitteln. Eine Vorstellung des Angebotes im Netzwerk Frühe Hilfen ist geplant. Außerdem sollte das Angebot sowohl bei Kinder- und JugendärztInnen als auch bei GynäkologInnen bekannt gemacht werden.

Ein Flyer soll erarbeitet werden. Eine Veröffentlichung des Angebotes kann zunächst online auf den Websites des Landkreises Gießen und der Runden Sache geschehen.

Vernetzung mit bestehenden Präventionsaktivitäten

Die Vermittlungen der (werdenden) Familien können beispielsweise über das Familienhebammenprogramm Runde Sache, Hallo Welt, oder andere Akteure des Netzwerks Frühe Hilfen geschehen. Die Stillbeauftragung des Landkreises Gießen ist Teil des Netzwerks Frühe Hilfen. Sie wird dort das Konzept einschließlich des Beratungsangebotes vorstellen und Vermittlungswege bekannt geben. Ebenso werden GynäkologInnen, KinderärztInnen und Hebammen über das Angebot des Landkreises Gießen informiert. Dafür werden Treffen der einzelnen Berufsgruppen identifiziert und genutzt.

Stillgruppen

Verschiedene Untersuchungen zeigen, dass Stillgruppen für den Erhalt des Stillens bedeutsam sind und Müttern eine psychosoziale Unterstützung bieten können.^{26 27}

Um Müttern mehr Möglichkeiten zum Austausch und gegenseitiger Unterstützung zu geben, soll das Angebot von Stillgruppen erweitert werden. Familienzentren, Seniorenheime, Mehrgenerationenhäuser können hierfür angefragt werden. Um die

²⁶ [Chang u.a. \(2022\)](#)

²⁷ [Schmied u.a. \(2009\)](#)

Normalität des Stillens hervorzuheben und mehr Akzeptanz dafür in der Öffentlichkeit zu bewirken, können leerstehende Räume in der Innenstadt genutzt werden um „Stilltreffs“ einzurichten. Diese Projektidee könnte im Rahmen des Förderprogramms des Landes Hessen „Zukunft Innenstadt“, das zu einer nachhaltigeren, lebendigeren und zukunftsfähigen Entwicklung der Innenstädte beitragen soll, gedacht werden.

Stillbeauftragte des Landkreises Gießen

Stillförderung ist ein langfristiges Vorhaben und bedarf kontinuierlicher Maßnahmen, um sich in der Gesellschaft zu verankern und Erreichtes aufrechtzuerhalten. Deswegen ist sicherzustellen, dass die notwendigen personellen und finanziellen Ressourcen zur Verfügung stehen.

Aufgaben

Die Stillbeauftragte des Landkreises Gießen ist für die Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung vor Ort verantwortlich. Sie plant und koordiniert Maßnahmen und setzt diese unter Berücksichtigung der Bedarfe von Familien um. Dieses Konzept stellt hierfür die Grundlage dar und wird von ihr kontinuierlich weiterentwickelt und konkretisiert.

Ihre Hauptaufgabe besteht darin, die Rahmenbedingungen für das Stillen zu optimieren, die Akzeptanz in der Öffentlichkeit zu erhöhen und Frauen nach ihrem individuellen Bedarf beim Stillen zu unterstützen.

Außerdem begleitet und unterstützt sie die Durchführung einer Bedarfsanalyse zur Stillförderung.

Sie ist Bindeglied zwischen Familien, verschiedenen Akteure aus dem Gesundheitswesen, der Kommunalverwaltung, der Sozialarbeit und der Kinder- und Jugendhilfe. Sie organisiert regionale Vernetzungstreffen relevanter Akteure und KooperationspartnerInnen und nimmt an Vernetzungstreffen, wie dem Netzwerk Frühe Hilfen und der Planungsgruppe Hallo Welt, teil. Die Stillbeauftragte richtet eine Beratungsstelle zu den Themen Stillen und Säuglingsernährung im Gesundheitsamt ein und berät (werdende) Eltern. Sie entwickelt Schulungsangebote für MultiplikatorInnen oder leitet an bereits bestehende Schulungsangebote weiter, um sowohl Fachkunde als auch eine positive Grundhaltung zum Stillen zu fördern. Neben der Präsentation dieses Konzepts in verschiedenen kommunalen Gremien, gehört die Unterstützung der einzelnen Kommunen des Landkreises Gießen bei der Umsetzung von stillfördernden Maßnahmen zu ihren Aufgaben. Sie plant Aufklärungs- und Sensibilisierungskampagnen zur Förderung der Akzeptanz des Stillens in der Öffentlichkeit und führt diese durch.

Anforderungen

Die Stillbeauftragte sollte umfassende Kompetenzen in den Bereichen Stillförderung und Säuglingsernährung haben. Idealerweise verfügt die Person über eine Zusatzqualifikation als Still- und LaktationsberaterIn (IBCLC), um fundierte Kenntnisse zu gewährleisten. Zusätzlich sind Erfahrungen in der Planung und Umsetzung von Gesundheits- und Präventionsprojekten von Vorteil, um Initiativen entwickeln zu können.

Die Fähigkeit zur erfolgreichen Vernetzung mit einer Vielzahl von AkteurInnen in der Kommunalverwaltung, dem Gesundheitswesen und der Sozialarbeit ist von Bedeutung. Die Stillbeauftragte wird ein Netzwerk von AkteurInnen im Bereich des

Stillens aufbauen und koordinieren, wodurch eine effiziente Zusammenarbeit gewährleistet wird. Kommunikations- und Teamfähigkeit sind dabei wichtige Eigenschaften.

Selbstständiges und eigenverantwortliches Arbeiten sind ebenfalls gefordert, um den vielfältigen Anforderungen gerecht zu werden. Sensibilität im Umgang mit psychosozial belasteten Familien und stillenden Frauen ist unabdingbar, um eine unterstützende und vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen.

Erfahrung in der Öffentlichkeitsarbeit sowie Kenntnisse in der Planung von Kampagnen sind wünschenswert, um dazu beizutragen, das Bewusstsein für die Bedeutung des Stillens in der Gesellschaft zu stärken.

Die Stelle der Stillbeauftragten ist auf eine wöchentliche Arbeitszeit von 30 Stunden ausgelegt, um sämtlichen Aufgaben und Verantwortlichkeiten gerecht zu werden. Der Arbeitsort befindet sich im Gesundheitsamt des Landkreises Gießen.

Kalkulation der Kosten für die Stillförderung im Landkreis Gießen

Investitionen in Stillförderung machen sich innerhalb weniger Jahre bezahlt.²⁸ Umgekehrt führt unzureichende Stillförderung zu hohen Folgekosten und gesundheitlichen Beeinträchtigungen.²⁹

In der jetzigen Planungsphase ist schwer zu kalkulieren, welche finanziellen Mittel für das Projekt der Stillförderung zur Verfügung stehen müssen. Viele gute Informationsmaterialien sind kostenlos oder für geringe Schutzgebühren zu erhalten. Kosten, die für die Anmietung von Räumlichkeiten für Stillgruppen und deren personelle Ausstattung und den geplanten Fortbildungen und Schulungen der MultiplikatorInnen entstehen, können zum aktuellen Zeitpunkt schwer beziffert werden. Es sollte die Bedarfsanalyse abgewartet werden, um gut kalkulieren zu können. Kleinere Investitionen für das Angebot der Stillberatung sind überschaubar. Es wird noch ein Verwaltungsprogramm für die Dokumentation der Stillberatungen, einige Bücher, ein Stillkissen und eine Demonstrationspuppe benötigt. Für die Öffentlichkeitsarbeit sind ein Roll-up und Flyer nützlich.

Unterstützung der Bildung eines AkteurInnen-Netzwerkes im Bereich Stillen

Netzwerke

Die bereits etablierten BDL³⁰-Regionaltreffen stellen eine wertvolle Plattform für die Vernetzung von StillförderInnen aus der Region dar. Die Stillbeauftragte des Landkreises Gießen ist außerdem Teil des Netzwerks Frühe Hilfen, was eine wichtige Grundlage für eine koordinierte Zusammenarbeit bildet.

Besonders hervorzuheben sind dabei die Kooperationen mit dem Familienhebammenprogramm Runde Sache, Hallo Welt, den Krankenhäusern mit Geburtshilfeabteilungen und den Beratungsstellen für Familien.

²⁸ [Renfrew u.a. 2012](#)

²⁹ [Rouw u.a. 2014](#)

³⁰ Berufsverband Deutscher Laktationsberaterinnen IBCLC e. V.

Arbeitsgruppe Stillförderung im Landkreis Gießen

Neben diesen bestehenden Verbindungen wurden bereits zusätzliche AkteurInnen für eine konzeptionell arbeitende Arbeitsgruppe gewonnen.

Eine Kinderärztin aus dem Kinder- und Jugendärztlichen Dienst des Gesundheitsamtes bringt sich mit vier Wochenstunden im Sachgebiet Prävention und Gesundheitsförderung ein und engagiert sich somit aktiv im Projekt der Stillförderung. Außerdem arbeiten VertreterInnen aller regionalen Krankenhäuser mit Geburtshilfeabteilungen und die Stillbeauftragte der hessischen Hebammen, die im Landkreis Gießen tätig ist, aktiv mit.

Darüber hinaus wurde eine Kontaktperson als Vertreterin der Stadt Gießen in diesen Prozess informativ eingebunden. Dies gewährleistet eine enge Verknüpfung, um die Belange der Stadt Gießen berücksichtigen zu können.

Weitere Kontaktpersonen

Aus dem Bereich Gemeinwesen wurden bereits QuartiersmanagerInnen und erfahrene StadtteilforscherInnen angesprochen und es besteht in einem Quartier eine bereits gebahnte Kooperation mit einem Stadtteilzentrum. Überdies sollen weitere Personen aus dem medizinischen Bereich, wie GynäkologInnen, KinderärztInnen und Hebammen und VertreterInnen der Kommunen, insbesondere Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte, in das Projekt der Stillförderung eingebunden werden.

Beratung der Kommunen des Landkreises Gießen zur Etablierung als „stillfreundliche Kommune“

Sobald das Konzept zur Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung im Landkreis Gießen verabschiedet wurde, soll es in verschiedenen kommunalen Gremien (z.B. in Kontakt mit BürgermeisterInnen, Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten) in Stadt und Landkreis vorgestellt werden. Die Stillbeauftragte des Landkreises Gießen ist Ansprechpartnerin und wird für Fragen zur Verfügung stehen. Sie wird die Kommunen unterstützen stillfreundlich zu werden.

Förderung der Akzeptanz des Stillens in der Öffentlichkeit

Um eine bessere Akzeptanz des Stillens und stillender Mütter in der Öffentlichkeit zu erreichen ist es notwendig, Stillen sichtbar zu machen und als normale Ernährungsform zu etablieren.

Durch geeignete Formate der Öffentlichkeitsarbeit werden Aufklärungskampagnen und Informationsveranstaltungen durchgeführt, um die Öffentlichkeit für die Bedeutung des Stillens zu sensibilisieren.

Weltstillwoche

Für die in Deutschland jährlich in der 40. Kalenderwoche stattfindenden Weltstillwochen, werden gemäß dem jeweiligen Motto passende Aktionen geplant und

durchgeführt. Dies kann gemeinsam mit StillförderInnen aus der Region, AkteurInnen der oben genannten Netzwerke und der AG Stillförderung geschehen.

Stillfreundliche Orte

In Stadt und Landkreis Gießen sollen stillfreundliche Orte ausgezeichnet werden. Hierfür konnte bereits die hessische Stillbeauftragte der Hebammen als Kooperationspartnerin gewonnen werden, die auf Bundesebene an einer Zertifizierung solcher Orte mitarbeitet. Die Umsetzung in Stadt und Landkreis Gießen wird in Kooperation mit diesen Hebammen geschehen.

Mit der Schaffung von öffentlichen Stillräumen in Cafés, Rathäusern, Kaufhäusern oder Einkaufszentren, Bibliotheken, Grünanlagen, Fitnessstudios, Kitas und Familienzentren usw. kann Müttern ein diskreter und komfortabler Ort zum Stillen geboten werden. Ein Wegweiser zu diesen Orten soll digital abrufbar sein. Eventuell ist auch die „Stadt Gießen App“ hierfür nutzbar.

Stillfreundliche Betriebe

Das Mutterschutzgesetz hat unter anderem das Ziel, den bestmöglichen Gesundheitsschutz für stillende Frauen und deren Kinder zu gewährleisten. Es unterstützt das Weiterstillen, wenn Mütter in den Beruf zurückkehren. Das Mutterschutzgesetz (MuSchG) gilt für alle (werdenden) Mütter, die in einem Arbeitsverhältnis stehen. Es gilt auch für Heimarbeiterinnen, Hausangestellte, geringfügig Beschäftigte, weibliche Auszubildende und unter bestimmten Voraussetzungen auch für Schülerinnen und Studentinnen. Für Beamtinnen gelten die Mutterschutzverordnungen des jeweiligen Landes bzw. des Bundes. Diese Gesetze und Verordnungen haben unter anderem das Ziel, den bestmöglichen Gesundheitsschutz für stillende Frauen und deren Kinder zu gewährleisten. Es unterstützt das Weiterstillen, wenn Mütter in den Beruf zurückkehren.³¹

Tabelle 2 Mutterschutzgesetz für Stillende

Für Stillende im Berufsleben ist folgendes im Mutterschutzgesetz geregelt:
Schutz vor gesundheitlichen Gefährdungen: Die Betriebe sind verpflichtet, Arbeitsbedingungen zu überprüfen und gegebenenfalls anzupassen
Schutz durch angepasste Arbeitszeiten: Keine Mehrarbeit, keine Nachtarbeit und in der Regel keine Sonntags- und Feiertagsarbeit während der gesamten Stillzeit
Recht auf bezahlte Stillzeiten: Bis zum ersten Geburtstag mindestens 2 x 30 Minuten oder 1 x 60 Minuten bei Vollzeitbeschäftigung
Recht auf einen privat nutzbaren Raum zum Stillen oder Milchgewinnen: Ein abschließbarer Raum mit passender Sitzgelegenheit, einer Abstellmöglichkeit, einem Waschbecken und einer Kühlmöglichkeit wird empfohlen

³¹ Stillen im Beruf. 2023. Babyfreundlich – Eine Initiative von WHO und Unicef. Broschüre zur Weltstillwoche 2023

Teil einer stillfreundlichen Kommune sind stillfreundliche Betriebe. In der AG Stillförderung wurden bereits Kriterien formuliert, die stillfreundliche Betriebe erfüllen sollen.

Der Landkreis Gießen wird als gutes Beispiel voran gehen und diese Kriterien umsetzen. Diesbezüglich hat es bereits ein Gespräch mit dem Verantwortlichen für „Personal- und Organisationsentwicklung“ und der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Gießen gegeben. Es wurde deutlich, dass die Thematik „stillfreundlicher Betrieb“ sich gut in das Audit berufundfamilie integrieren lässt. Ein geeigneter Raum zum Stillen oder für die Milchgewinnung steht zur Verfügung.

Der Landkreis wird ein Plakat/Poster mit den gewünschten Kriterien entwickeln und den Unternehmen zur Verfügung stellen, die ebenfalls an der Umsetzung eines „stillfreundlichen Betriebes“ interessiert sind. Das Plakat/Poster kann mit dem Logo der Betriebe versehen werden. Interessierte Betriebe werden bei der Umsetzung beratend unterstützt.

Zudem wurde mit der Geschäftsführerin der WHO/UNICEF Initiative Babyfreundlich e.V. (BFHI) eine mögliche Kooperation besprochen. Diese wird prüfen, ob BFHI sowohl für den dann „Babyfreundlichen Betrieb“ als auch die „Babyfreundliche Kommune“ Zertifikate entwickeln wird. Dann würde der Landkreis Gießen als Pilot für diese Zertifikate fungieren.

Ein stillfreundlicher Betrieb geht über die gesetzlichen Anforderungen hinaus, um die Bedürfnisse stillender Mütter am Arbeitsplatz aktiv zu unterstützen. Dies zeigt sich in verschiedenen Maßnahmen:

Beratungsgespräche während der Schwangerschaft:

Schon während der Schwangerschaft bietet der Betrieb Beratungsgespräche an, um auf die individuellen Bedürfnisse der stillenden Mütter einzugehen und maßgeschneiderte Lösungen für die Vereinbarkeit von Mutterschaft und Beruf zu besprechen und Mütter über ihre Rechte in Bezug auf das Stillen am Arbeitsplatz aufzuklären.

Bereitstellung von Ressourcen:

Es wird ein Raum bereitgestellt, in denen Mütter in Ruhe stillen oder Milch abpumpen können. Dieser Raum ist mit einer passenden Sitzgelegenheit, einer Abstellmöglichkeit und einer Kühlmöglichkeit zur Aufbewahrung von Muttermilch ausgestattet. Trinkwasser steht zur Verfügung. Ein Waschbecken befindet sich in der Nähe.

Unterstützung und Information:

Der Betrieb stellt Informationen und Ressourcen zur Verfügung, um Mütter über ihre Rechte und Optionen in Bezug auf das Stillen am Arbeitsplatz aufzuklären.

Ein Betrieb, der solche Maßnahmen ergreift, trägt nicht nur zur Gesundheit und zum Wohlbefinden seiner Mitarbeiterinnen bei, sondern auch zur Förderung eines positiven Arbeitsumfelds, das die Vereinbarkeit von Mutterschaft und Beruf erleichtert. Dies ist gerade in Zeiten des Fachkräftemangels sinnvoll.

Tabelle 3 Stillfreundlicher Betrieb

Ein stillfreundlicher Betrieb bietet:
Eine AnsprechpartnerIn im Betrieb, (z.B. Stillbeauftragte, Betriebsarzt/-ärztin, Frauenbeauftragte), um einen individuellen Plan zur Vereinbarkeit von Stillen/Abpumpen und Berufstätigkeit bereits in der Schwangerschaft zu erarbeiten
Ein abschließbarer Raum mit einer passenden Sitzgelegenheit und einer Abstellfläche ist vorhanden
Händewaschen ist in diesem oder einem benachbarten Raum möglich
Kostenloses Trinkwasser steht zur Verfügung
Stromanschluss für eine elektrische Milchpumpe ist vorhanden
(transportabler) Kühlschrank steht zur Verfügung

Die Bewerbung eines Stillfreundlichen Betriebes kann folgendermaßen aussehen:

Wir sind ein stillfreundlicher Betrieb, weil...

...wir den bestmöglichen Gesundheitsschutz für stillende Frauen und deren Kinder gewährleisten und das Weiterstillen unterstützen, wenn Mütter in den Beruf zurückkehren. Es uns wichtig ist, Mutterschaft und Berufstätigkeit zu erleichtern.

...wir unsere Mitarbeiterinnen schon während der Schwangerschaft über ihre Rechte in Bezug auf das Stillen am Arbeitsplatz aufklären.

... wir unseren Mitarbeiterinnen schon während der Schwangerschaft Beratungsgespräche anbieten, um auf die individuellen Bedürfnisse der stillenden Mütter einzugehen und maßgeschneiderte Lösungen für die Vereinbarkeit von Mutterschaft und Beruf zu besprechen.

...wir Stillende durch angepasste Arbeitszeiten schützen:
Es fällt keine Mehrarbeit, keine Nachtarbeit und in der Regel keine Sonntags- und Feiertagsarbeit während der gesamten Stillzeit an.

...stillende Mitarbeiterinnen ihr Recht auf bezahlte Stillzeiten wahrnehmen können.
Bei einer Vollzeitbeschäftigung stehen der Stillenden mindestens 2 x 30 Minuten oder 1 x 60 Minuten zum Stillen oder der Milchgewinnung zu. Dies gilt bis zum ersten Geburtstag des Kindes.

...wir einen privat nutzbaren und abschließbaren Raum bereitstellen, in denen Mütter in Ruhe stillen oder Milch gewinnen können. Dieser Raum ist mit einer passenden Sitzgelegenheit, einer Abstellmöglichkeit und einer Kühlmöglichkeit zur Aufbewahrung von Muttermilch ausgestattet. Trinkwasser steht zur Verfügung. Ein Waschbecken befindet sich in der Nähe. Ein Stromanschluss für eine elektrische Milchpumpe ist vorhanden. Ein (transportabler) Kühlschrank zur ausschließlichen Aufbewahrung von Muttermilch steht zur Verfügung.

Das vorliegende Konzept stellt eine Grundlage für die Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung im Landkreis Gießen dar. Es wird kontinuierlich weiterentwickelt und konkretisiert, um die Ziele der Stillförderung vor Ort erfolgreich zu erreichen.

Prozessplan zur Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung im Landkreis Gießen

Tabelle 4 Prozessplan zur Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung im Landkreis Gießen

1. Analyse bestehender Versorgungsstrukturen und Bedarfe	
Analyse der bestehenden regionalen Stillförderungsangebote	im Wintersemester 2023/24
Erfassung von Angeboten aus dem Netzwerk Frühe Hilfen	seit 2022 - Juni 2024
Planung einer Querschnittsstudie zur Erfassung der Bedarfe der Familien zum Thema Stillen	seit August 2023
Auswahl von Studierenden oder Kooperation mit Hochschulen für die Durchführung der Bedarfsanalyse	für das Wintersemester 2023/24
2. Einrichtung einer Beratungsstelle im Gesundheitsamt	
Identifizierung einer qualifizierten Stillberaterin (IBCLC) für die Beratungsstelle	Nov / Dez.2023
Einrichtung eines regelmäßigen Angebots für Beratungen im Gesundheitsamt	ab Nov. 2023
3. Bildung eines AkteurInnen-Netzwerkes	
Teilnahme an BDL-Regionaltreffen und dem Netzwerk Frühe Hilfen	seit Ende 2022
Einbindung von VertreterInnen aus Krankenhäusern, KinderärztInnen, Hebammen, Gemeinwesenarbeit, Gleichstellungsbeauftragten etc.	seit Juli 2023
Identifizierung und Einbindung von weiteren AkteurInnen aus verschiedenen Bereichen	ab Nov. 2023
4. Entwicklung von Maßnahmen zur Stillförderung	
Analyse der Bedarfsanalyse und Identifizierung von Herausforderungen	ab Juni 2024
Entwicklung von Maßnahmen wie Schulungen, Informationsmaterialien, Stillgruppen, Sensibilisierungskampagnen etc.	ab August 2024
Einbindung der entwickelten Maßnahmen in die kommunale Gesundheitsplanung und -berichterstattung	ab Dez. 2024
5. Öffentlichkeitsarbeit und Akzeptanzförderung	
Planung von Aufklärungskampagnen zur Sensibilisierung der Öffentlichkeit	
Planung von Aktionen zur Weltstillwoche	jeweils nach Bekanntwerden des Weltstillwochenmottos (August jeden Jahres)
Auszeichnung des LKGI als „Stillfreundlicher Betrieb“	

Auszeichnung von weiteren stillfreundlichen Betrieben	
Auszeichnung von stillfreundlichen Orten	
6. Unterstützung der Kommunen	
Vorstellung des Konzepts in kommunalen Gremien	ab Jan. 2024
Unterstützung der Kommunen bei der Umsetzung als "stillfreundliche Kommune"	ab Jan. 2024

Diese Arbeitsschritte bilden die Grundlage für die erfolgreiche Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung im Landkreis Gießen und werden kontinuierlich weiterentwickelt und konkretisiert, um die Stillförderung vor Ort nachhaltig zu verbessern.

Literaturliste

Bauer, Zsusa. (2020). Bedeutung des Stillens – Eine Bewertung der aktuellen Studienlage. Europäisches Institut für Stillen und Laktation. Verfügbar unter: <https://www.stillen-institut.com/media/bedeutung-stillen-2020.pdf> [Zugriff: 23.08.2023].

Behrens I, Basit S, Melbye M, et al. (2017). Risk of post-pregnancy hypertension in women with a history of hypertensive disorders of pregnancy: nationwide cohort study. BMJ 2017; 358: j3078 Verfügbar unter: <https://www.aerzteblatt.de/pdf.asp?id=198970> [Zugriff: 23.08.2023].

BLE – Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung. (2019). So wird Deutschland stillfreundlich! Ergebnisse und Empfehlungen aus dem internationalen Forschungsvorhaben Becoming Breastfeeding Friendly. Verfügbar unter: www.gesund-ins-leben.de/fileadmin/resources/import/pdf/bbf_faktenblatt_ergebnisse.pdf [Zugriff: 14.08.2023].

BLE - Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung. (2019). Empfehlungen zur Stillförderung in Deutschland – Handlungsansätze des Forschungsvorhabens Becoming Breastfeeding Friendly. Verfügbar unter: https://www.gesund-ins-leben.de/fileadmin/resources/import/pdf/bbf_empfehlungen.pdf [Zugriff: 14.08.2023].

BMEL - Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. (2021). Nationale Strategie zur Stillförderung. Verfügbar unter: www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/nationale-stillstrategie.pdf?__blob=publicationFile&v=10 [Zugriff: 14.08.2023].

BMFSFJ - Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. (2022). Leitfaden zum Mutterschutz – Informationen für Schwangere und Stillende. Verfügbar unter: <https://www.bmfsfj.de/resource/blob/94398/6f108f7de91c00afaa44a247f28f3c53/mutterschutzgesetz-leitfaden-deutsch-data.pdf> [Zugriff: 14.08.2023].

Bundesgesundheitsblatt -Gesundheitsforschung- Gesundheitsschutz. (2018). Flothkötter M, Kunath J, Lücke S, Reiss K, Menzel J & Weikert C. ISSN 1436-9990.Volume 61.Number 8. 61:1012-1021.DOI 10.1007/s00103-018-2784-1 Verfügbar unter: https://www.gesund-ins-leben.de/fileadmin/resources/import/pdf/bbf-bundesgesundheitsblatt_aug_2018.pdf [Zugriff: 14.08.2023].

BMG - Bundesministerium für Gesundheit. (2017). Nationales Gesundheitsziel - Gesundheit rund um die Geburt. Verfügbar unter: https://www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/5_Publikationen/Gesundheit/Broschueren/Nationales_Gesundheitsziel_-_Gesundheit_rund_um_die_Geburt_barrierefrei.pdf [Zugriff: 14.08.2023].

Chang, Beake, Kam, Yuet-Wan Lok, Bick. (2022). Views and experiences of women, peer supporters and healthcare professionals on breastfeeding peer support: A systematic review of qualitative studies. Verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35276491/> [Zugriff: 30.08.2023].

Handlin, L./Jonas, W./Petersson, M./ Ejdebäck, M./Ransjö-Arvidson, A./Nissen, E./Uvnäs-Moberg, K. (2009): Effects of Sucking and Skin-to-Skin Contact on Maternal ACTH and Cortisol Levels During the Second Day Postpartum – Influence of Epidural Analgesia and Oxytocin in the Perinatal Period. Breastfeeding Medicine 2009; 4(4): 207–220. Verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19731998/> [Zugriff: 23.08.2023]

Kim, P./Feldman, R./Mayes, L./Eicher, V./Thompson, N./Leckman, J./Swain, J. (2011): Breastfeeding, Brain Activation to Own Infant Cry, and Maternal Sensitivity. J Child Psychol Psychiatry 2011; 52(8): 907–9. Verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21501165/> [Zugriff: 23.08.2023]

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e. V. – AGETHUR. (2022). Die Stillfreundliche Kommune – Ein Leitfaden aus Thüringen. Verfügbar unter: https://lgk-thueringen.de/media/364/Die_Stillfreundliche_Kommune_ein_Leitfaden_aus_Thueringen.pdf [Zugriff: 14.08.2023].

Lange, C./ Schenk, L/ Bergmann, R. (2007b). Verbreitung, Dauer und zeitlicher Trend des Stillens in Deutschland. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS). Bundesgesundheitsblatt – Gesundheitsforschung – Gesundheitsschutz 50(5/6): 624–633. Verfügbar unter: <https://edoc.rki.de/bitstream/handle/176904/413/26GgWTnfjSSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [Zugriff: 16.08.2023].

Monatsschrift Kinderheilkunde. (2017). Sonderdruck. Zeitschrift für Kinder- und Jugendmedizin. Ernährung und Bewegung von Säuglingen und stillenden Frauen. Verfügbar unter: <https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-fachkreise/bestens-unterstuetzt-durchs-1-lebensjahr/handlungsempfehlungen/stillen/stilldauer/> [Zugriff: 14.08.2023].

MRI -Max Rubner-Institut. (2021). Nationale Strategie zur Stillförderung –Ergebnisse des partizipativen Prozesses: Verfügbar unter: https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Institute/KE/210706_Bericht_Nationale-Strategie-zur-Stillfoerderung.pdf [Zugriff: 14.08.2023].

NZFH - Nationales Zentrum Frühe Hilfen. (2018). Utta reich-Schottky. Stillen als Ressource nutzen im Kontext der Frühen Hilfen. Verfügbar unter: https://www.fruehehilfen.de/fileadmin/user_upload/fruehehilfen.de/pdf/Publikation-NZFH-Eckpunktepapier-Stillen-als-Ressource-nutzen-im-Kontext-der-Fruehen-Hilfen.pdf [Zugriff: 14.08.2023]. Pediatrics 2009; 123;483-493. Verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19171613/> [Zugriff: 23.08.2023]

Renfrew, M. J./Pokhrel, S./Quigley, M./ McCormick, F./Fox-Rushby, J./Dodds, R./ Duffy, S./Trueman, P./Williams, A. (2012). Preventing disease and saving resources: the potential contribution of increasing breastfeeding rates in the UK. UNICEF UK. Verfügbar unter: https://discovery.dundee.ac.uk/ws/files/1290558/Preventing_disease_saving_resources.pdf [Zugriff: 14.08.2023]. Deutsche Zusammenfassung: www.reich-schottky.de/pdf_stillen/2012-UK-bf-resources-URS.pdf [Zugriff: 14.08.2023].

RKI - Robert Koch Institut. (2010). Thomas Lampert, Christine Hagen, Boris Heizmann. Gesundheitliche Ungleichheit bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Verfügbar unter: <https://edoc.rki.de/bitstream/handle/176904/3231/29IIISiUWs.pdf?sequence=1> [Zugriff: 16.08.2023].

Rouw, E./Hormann, E./Scherbaum, V. (2014). The high cost of half-hearted breastfeeding promotion in Germany. International Breastfeeding Journal 2014. Verfügbar unter: <https://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13006-014-0022-5> [Zugriff: 14.08.2023].

Schmied, Beake, Sheehan McCourt, Dykes. (2009). A meta-synthesis of women's perceptions and experiences of breastfeeding support Verfügbar unter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27820008/> [Zugriff: 30.08.2023].

Stillen im Beruf. (2023). Babyfreundlich – Eine Initiative von WHO und Unicef. Broschüre zur Weltstillwoche 2023. Verfügbar unter: <https://babyfreundlich.org/eltern/weltstillwoche/2023-kenne-deine-rechte/> [Zugriff: 06.09.2023].

Strathearn, L./Mamun, A./Najman, J./O’Callaghan, M. (2009): Does Breastfeeding Protect Against Substantiated Child Abuse and Neglect? A 15-Year Cohort Study. Verfügbar unter: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2650825/#:~:text=Conclusion,child%20maltreatment%2C%20particularly%20child%20neglect.> [Zugriff: 23.08.2023].

Uvnäs-Moberg, K. (2003): The Oxytocin Factor. Da Capo Press
Uvnäs-Moberg, K./Petersson, P. (2005): Oxytocin, ein Vermittler von Antistress,
Wohlbefinden, sozialer Interaktion, Wachstum und Heilung/Oxytocin, a mediator of
anti-stress, well-being, social interaction, growth and healing. Zeitschrift für Psychosomatische Medizin
und Psychotherapie 2005 Band 51, Ausgabe 1, S. 57-80. Verfügbar unter:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15834840/> [Zugriff: 23.08.2023]