

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

Stillen und Muttermilchernährung -

Grundlagen, Erfahrungen und Empfehlungen, 2001

Kostenlos bei der BZgA
Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung
51101 Köln
Fax: 0221-8992201
e-mail: order@bzga.de

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung hat sich zum Ziel gesetzt, die Entwicklung von Kindern nachhaltig zu unterstützen und zu fördern. Da Stillen in vielerlei Hinsicht für das Wachsen und Gedeihen eines Kindes von Bedeutung ist, drängt sich ein Nachschlagewerk zu diesem Thema auf. Das vorliegende Werk ist die Neuauflage des 1986 erstmals erschienen Handbuchs „Stillen und Muttermilchernährung“.

Das Werk ist sehr umfassend und setzt sich sehr positiv und wohlwollend mit

dem Stillen auseinander. Auf 324 Seiten befasst es sich mit den verschiedensten Aspekten der Muttermilchernährung. Es beginnt mit der Entscheidung fürs Stillen und der Vorbereitung darauf, befasst sich mit praktischen und speziellen Aspekten der Muttermilchernährung und zeigt Unterstützungsangebote beim Stillen auf. Für die einzelnen Artikel konnte die Bundeszentrale namhafte Autoren gewinnen. So schreibt beispielsweise Christof Schaefer über „Arzneimittel und Stillen“ und präsentiert auch gleich Tabellen aus seinem Buch „Arzneimittelverordnung in Schwangerschaft und Stillzeit“. Es gibt eine Abbildung vom Fingerfeeding eines trinkschwachen Babys und einer stillenden Drillingsmutter. Die Arbeitsgemeinschaft freier Stillgruppen stellt sich vor und die La Leche Liga Deutschland, nicht aber der Verband der Laktationsberaterinnen.

Die Vielfalt der Themen ist beeindruckend, zugleich aber auch der wichtigste Schwachpunkt des Buches. Denn auf gut 300 Seiten ist es nicht möglich, so manches Thema vertieft zu behandeln. Es stellt sich die Frage nach der Zielgruppe des Werkes. Für professionelle Stillbera-



terinnen geht es zu wenig in die Tiefe, für Mütter ist es zu umfassend, enthält viele Fremdwörter und ist nicht leicht zu lesen. Gleichwohl bietet es mit seiner Themenfülle einen umfassenden Einblick in die wichtigen Aspekte rund ums Stillen. Dank der guten Literaturliste am Ende jedes Kapitels können sich Professionals weiter in die einzelnen Themenkreise vertiefen.

Gabi Eugster,
CH-Rieden

Gary Ezzo und Robert Bucknam „Schlaf gut, mein kleiner Schatz“

nach der amerikanischen Originalausgabe „On Becoming Babywise“

ISBN 3-89437-504-3, 12,95 €

Der Untertitel dieses Buches lautet „Wie Ihr Baby rundum zufrieden wird und endlich durchschläft.“ Besser wäre für dieses Buch jedoch: „Das programmierbare Kind“. Die Autoren beschreiben, dass es in der niedrigen Sauerstoff-Umgebung der Gebärmutter weder bewusste noch unbewusste Gedächtnisfunktionen geben kann. Die Funktion des Gedächtnisses und die Entwicklung der Synapsen hänge von hoher Sauerstoffsättigung ab, die



erst nach der Geburt mit Einsetzen der Atmung möglich wäre. Mir liegt der Schluß nahe, dass das Neugeborene einer leeren Festplatte entspricht, die es nun von den Eltern zu programmieren gilt.

Nicht nur das o.g. widerspricht neueren Untersuchungen, auch sonst ist das Buch gespickt von Falschinformationen. So bekommt der Leser zu erfahren, dass reife Muttermilch diejenige ist, die jeweils gebildet wird, wenn der Let-Down-Reflex einsetzt. Stuhlgang bei gestillten Kindern sei unabhängig vom Alter alle 7-9 Tage normal. Häufiges Anlegen führe zu Milchmangel, da für eine ausreichende Milchproduktion sowohl die Stimulation als auch der richtige zeitliche Abstand notwendig sei. Der Nährwert der Muttermilch sinke ab dem 6. Lebensmonat. Zwischen

der 16. und 24. Lebenswoche sollte mit Brei begonnen werden. Auch unzureichende Qualität der Muttermilch gäbe es, die für schlechtes Gedeihen verantwortlich wäre, – um hier nur einige Beispiele zu nennen.

Es wird gewarnt vor dem Stillen nach Bedarf, aber auch vorm Stillen nach der Uhr. Anschließend wird jedoch das Eltern-gesteuerte Füttern (EGF) beschrieben, was dann wieder nichts anderes ist, als nach der Uhr zu stillen. Abstände von 3 Stunden sind einzuhalten, man darf in Ausnahmefällen aber mal davon abweichen. Nur so käme es zum Stoffwechselgedächtnis beim Kind und der Hungerstoffwechsel (?) würde stabilisiert und auf gute Weise beeinflusst, Dickwerden würde vorgebeugt. Dieses Vorgehen führe zum Durchschlafen spätestens nach 8

Wochen, dadurch würde zudem der mütterliche Hormonstoffwechsel ausgeglichen und Wochenbettdepressionen kämen nicht vor.

Schreiphasen können 5 bis 45 Minuten andauern. Es wird aber keiner Mutter verübelt, wenn sie schon nach 15 Minuten zu ihrem Baby geht. Allerdings schade 15- bis 20-minütiges Schreien dem Kind nicht. So wäre nach 3 Tagen das Durchschlafen garantiert und alle würden die Eltern um das pflegeleichte Kind beneiden.

Diejenigen, die mit Familien zusammenarbeiten, sollten um dieses Buch wissen. Es ist „mehr als ein Schlaftrainingsbuch“, wie selbst die Autoren schreiben. Bei dieser Vorgehensweise des EGF sind zu anderen Problemen auch noch dystrophe

Kinder vorhersehbar. Babys haben das grundlegende Bedürfnis nach Sicherheit, das nicht – wie die Autoren beschreiben – durch eine strenge Zeitvorgabe, sondern durch das Wissen, dass auf grundlegende Bedürfnisse eingegangen wird, gebildet wird. Die Autoren, von denen sich einer als Arzt ausgibt, sollten sich dringend fortbilden, denn falsches Wissen ist noch schlimmer als Nichtwissen.

Gudrun von der Ohe, Ärztin und IBCLC

Nifflandring 8, 22559 Hamburg

Tel.: (040) 81 56 42

Fax: (040) 82 24 22 89

E-Mail: postfach@stillberatung.info

Internet: www.stillberatung.info

Barbara Wilson-Clay, IBCLC,
Kay Hoover, IBCLC

The Breastfeeding Atlas

360 Farbfotos, 2. Auflage 2002,
Preis € 48,—

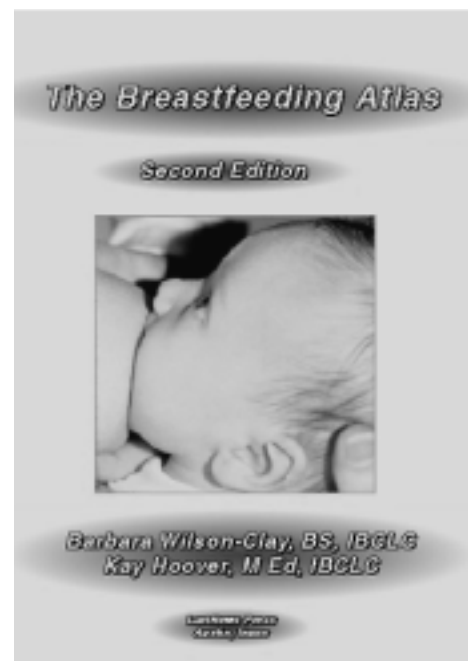
Kein anderes Fachbuch zum Thema Stillen ist so praxisbezogen wie der Breastfeeding Atlas.

Barbara Wilson-Clay und Kay Hoover gehören zu den IBCLC Pionierinnen. Im BF Atlas lassen sie uns an ihrem Wissen und ihrer Erfahrung teilhaben, die sie sich während ihrer langjährigen Stillberatungstätigkeit angeeignet haben.

Die Kapitel sind übersichtlich angeordnet und alle Themen werden durch ausgezeichnete Fotos dokumentiert. Jede Abbildung ist genau beschrieben und einige sehr interessante und beeindruckende Fallbeispiele geben einen Einblick in das weite Feld der Stillberatung. Besonders hervorzuheben sind die aktuellen Referenzen zu jedem Kapitel.

In keinem anderen Fachbuch wird so genau die Erscheinungsformen und Behandlungsmöglichkeiten von Milchstau/Mastitis und Soor beschrieben. Weitere Themen sind Brustoperationen, Stillen nach Brustkrebsbehandlung, wunde Mamillen, u.v.m. Mit dem Breastfeeding Atlas in der Hand hat man die beste Argumentationshilfe, was die ansonsten oft fruchtlosen Diskussionen um das Durchtrennen von Zungenbändchen, betrifft. Anhand von 30 Fotos werden die Zusammenhänge und Auswirkungen von Zungenbändchen auf das Stillen dokumentiert und das Vorgehen beim Durchtrennen gezeigt.

Ich empfehle jeder Geburtshilflichen/Gynäkologischen Abteilung und jeder Kinderabteilung den Breastfeeding Atlas anzuschaffen, als Nachschlagwerk für ÄrztInnen, Hebammen und Pflegenden. Weiters ist er besonders für die Vorbereitung auf das IBCLC Examen zu empfehlen. Der Breastfeeding Atlas ist auch für alle jene, die mit der englischen Sprache nicht so vertraut sind, gut verständlich. Ein



Buch, welches in das Buchregal jeder IBCLC gehört.

Der Breastfeeding Atlas ist „State of the Art“ in der Stillberatung.

Anne-Marie Kern, IBCLC

www.stillbuch.at