

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