Weltstillwoche 2018

Einmal im Jahr – diesjährig vom 01. - 07. Oktober 2018 – findet die internationale Weltstillwoche statt. Unter der Ägide der World Alliance for Breastfeeding Action (WABA), die sich weltweit für Schutz, Förderung und Unterstützung des Stillens einsetzt, wird die größte gemeinsame Kampagne aller Organisationen abgehalten, die sich in diesem Bereich engagieren, darunter auch UNICEF und WHO. In Deutschland findet die Weltstillwoche immer in der 40. Kalenderwoche statt, angelehnt an die Dauer der Schwangerschaft, für die im Regelfall ein 40-wöchiger Zeitrahmen angesetzt ist. Das aktuelle Motto lautet: „Breastfeeding: Foundation of Life“. Laut Empfehlung der WHO sollen mit Normalgewicht geborene Kinder bis zum sechsten Monat ausschließlich, also ohne weitere Beikost, gestillt werden, da dadurch Mangelernährung und frühe Wachstumsstörungen verhindert werden können. Trotz der immensen Bedeutung für Säuglinge und Kleinkinder wird der Notwendigkeit des Stillens oft noch zu wenig Beachtung geschenkt und deshalb engagiert sich auch das WIPIG u. a. mit dem „Präventionsratgeber Stillen – Prävention von Anfang an“. Da das Stillen als beste Ernährung für einen Säugling aber nicht allein in der Verantwortung der Mutter liegt, richtet sich die aktuelle 4. Auflage nicht nur an die werdenden Mütter sondern natürlich auch an die Väter. Der Stillratgeber ist ein Leit- und Orientierungsfaden rund um das Thema Stillen und gibt Antworten auf zahlreiche Fragen werdender Eltern. Er informiert über Beikost, Medikamente, Ernährung in der Stillzeit und vieles mehr. Des Weiteren soll auch eventuellen Unsicherheiten oder gar Ängsten in Bezug auf das Thema Stillen entgegengewirkt werden, frei nach dem Motto "So nimmt ein Kind der Mutter Brust. Nicht gleich im Anfang willig an; doch bald ernährt es sich mit Lust" (Goethe, Faust). Das Stillen ist zwar ein natürlicher Prozess, dennoch ist es nicht ungewöhnlich, dass in den ersten Wochen manchmal Schwierigkeiten auftreten. Familiärer Rückhalt und professionelle Unterstützung von Mutter und Kind in dieser sensiblen Phase sind besonders wichtig. Die Apothekerin oder der Apotheker Ihres Vertrauens ist ein kompetenter Ansprechpartner in Fragen rund um das Thema Stillen und steht Ihnen für eine individuelle Beratung gerne zur Verfügung. Den Ratgeber können Sie in vielen Apotheken auf Anfrage erhalten. Außerdem steht er zum Download unter www.wipig.de > Materialien > Projekte > Stillen > Stillratgeber 4. Auflage zur Verfügung. Apotheken haben die Möglichkeit den Ratgeber mit dem Bestellformular auf der WIPIG-Homepage bei der Druckerei Eibl zu bestellen.

Weltstillwoche 2013

Stillen – Prävention von Anfang an

"Stillen unterstützen – Mütter in den Mittelpunkt!" lautet das Motto der Weltstillwoche vom 30.09. bis 06.10.2013. Stillen ist und bleibt die beste Ernährung für Babys erstes Lebensjahr. Anlässlich der Weltstillwoche haben wir deshalb Informationsmaterialien zusammengestellt: Für Mütter, um sie optimal auf die intensive Stillzeit vorzubereiten und für Apotheker, um sie in der Beratung von Schwangeren und Stillenden zu unterstützen.

Obwohl bei über 90 Prozent aller Schwangeren der Wille zum Stillen da ist, erweist sich der Weg oft als schwierig. Zwar beginnen die meisten Mütter direkt nach der Geburt mit dem Stillen, aber die Quote sinkt danach beträchtlich. Ein Grund hierfür ist häufig die mangelhafte Anleitung und Information der werdenden Mütter. Dabei ist gerade in den ersten Stunden nach der Geburt eine intensive Stillbetreuung wichtig. Diese ist Voraussetzung für die intensive und erfolgreiche Stillbeziehung zwischen Mutter und Kind in den Folgemonaten.

Das WIPIG hat daher 2009 erstmals den "Präventionsratgeber Stillen" veröffentlicht. Die inzwischen 2. Auflage des Ratgebers richtet sich an werdende Mütter und beantwortet in einfachen Sätzen alle zentralen Punkte rund um Stillen, Stillvorbereitung und mögliche Stillprobleme. Sie finden das Dokument unter den Downloads. Die Bestellung der Druckversion ist derzeit leider nicht möglich, da das Produkt vergriffen ist. Wir informieren Sie an dieser Stelle, sobald die 3. Auflage bestellbar ist.

Für Apotheker, die sich intensiv mit der Betreuung von Schwangeren und Stillenden auseinandersetzen möchten, hat das WIPIG zudem einen Beratungsleitfaden erstellt, der hier zum Download steht.

Übrigens: Die Weltstillwoche 2010 stand unter dem Motto der "10 Schritte zum erfolgreichen Stillen", die wir Ihnen hier zum Download anbieten. Die "10 Schritte" wurden von der Weltgesundheitsorganisation WHO gemeinsam mit Unicef formuliert und sollen vor allem in Krankenhäusern als Richtlinien dienen.
Sie sind auch Bestandteil der Initiative "Babyfreundliches Krankenhaus", die Geburtskliniken mit einem hohen Betreuungsstandard auszeichnet. Krankenhäuser mit diesem Gütesiegel finden Sie unter www.babyfreundlich.org.

Weltstillwoche 2012

Stillen – Aus Erfahrung die Zukunft gestalten

Im Jahr 2012 sollte neben der Aufklärungsarbeit zum Thema Stillen ein zweiter großer Aspekt in den Mittelpunkt gerückt werden – Das Feiern der bisher erreichten Erfolge auf dem Gebiet der gesunden Ernährung. Anlass hierzu gab unter anderem das 10-jährige Bestehen der globalen Strategie für Säuglings-, und Kleinkindernährung von WHO und UNICEF.
Neben all der gefeierten Erfolge wurde jedoch auch Selbstkritik geübt. Denn noch sind nicht alle Richtlinien, Leitlinien und globalen Strategien zum Thema optimale Ernährung für Säuglinge und Kleinkinder lückenlos umgesetzt. Ein Aufruf an alle Gesundheitsexperten und Mütter soll dazu beitragen, die Lücken in der Umsetzung zu finden und diese durch kreative und engagierte Aktionen und Programme zu schließen.

Weltstillwoche 2011

Stillen – sprich darüber!

Kommunikation zum Thema Stillen stand in diesem Jahr im Mittelpunkt der Kampagne.
Die Aufforderung „Sprich darüber!" richtete sich an alle, nicht nur an die stillenden Mütter, um deren Erfahrungsaustausch zu verbessern. Viel mehr versteckte sich hinter dieser Aufforderung der Wunsch die Welt des Stillens in das Bewusstsein der Menschen zu rücken. Durch die entstehende Akzeptanz sollten Mütter ermutigt und gefördert werden, um sich der Herausforderung Stillen zu stellen. Durch Angestellte im Gesundheitswesen sollen künftig Informationen noch schneller und unkomplizierter zugänglich werden und Angebote, sowie Anlaufstellen für Mütter, die Hilfe suchen, leichter zu erreichen sein. Neben einer stärkeren Vernetzung, sowie einer Verbesserung ihrer Kommunikationsfähigkeiten, bestand die Herausforderung für alle Experten darin, sich neue und vor allem kreative Wege zu überlegen, wie man Stillende, die Hilfe benötigen, effektiver erreichen kann.

Weltstillwoche 2010

Optimal vorbereitet in die Stillzeit

Stillen ist und bleibt die beste Ernährung für Babys erstes Lebensjahr. Das WIPIG möchte werdende Mütter in ihrem guten Willen bestärken. Anlässlich der Weltstillwoche (04. - 10. Oktober 2010) haben wir deshalb Informationsmaterialien zusammengestellt: Für Mütter, um sie optimal auf die intensive Stillzeit vorzubereiten und für Apotheker, um sie in der Beratung von Schwangeren und Stillenden zu unterstützen.

Obwohl bei über 90 Prozent aller Schwangeren der Wille zum Stillen da ist, erweist sich der Weg oft als schwierig. Zwar beginnen die meisten Mütter direkt nach der Geburt mit dem Stillen, aber die Quote sinkt danach beträchtlich. Ein Grund hierfür ist häufig die mangelhafte Anleitung und Information der werdenden Mütter. Dabei ist gerade in den ersten Stunden nach der Geburt eine intensive Stillbetreuung wichtig und eine Voraussetzung für die intensive und erfolgreiche Stillbeziehung zwischen Mutter und Kind in den Folgemonaten.

WIPIG hat daher 2009 erstmals den „Präventionsratgeber Stillen" veröffentlicht. Aufgrund der großen Nachfrage können Sie ab sofort die zweite, überarbeitete Ausgabe bei uns bestellen. Der Ratgeber richtet sich an werdende Mütter und beantwortet in einfachen Sätzen alle zentralen Punkte rund um Stillen, Stillvorbereitung und mögliche Stillprobleme. Interessenten können den Ratgeber mit dem Bestellformular direkt bei WIPIG anfordern.

Für Apotheker, die sich intensiv mit der Betreuung von Schwangeren und Stillenden auseinandersetzen möchten, hat das WIPIG zudem einen Beratungsleitfaden erstellt, der hier zum Download steht.

Übrigens: Die Weltstillwoche 2010 steht unter dem Motto der „10 Schritte zum erfolgreichen Stillen", die wir Ihnen hier zum Download anbieten. Die „10 Schritte" wurden von der Weltgesundheitsorganisation WHO gemeinsam mit Unicef formuliert und sollen vor allem in Krankenhäuser als Richtlinien dienen.
Sie sind auch Bestandteil der Initiative „Babyfreundliches Krankenhaus", die Geburtskliniken mit einem hohen Betreuungsstandard auszeichnet. Krankenhäuser mit diesem Gütesiegel finden Sie unter www.babyfreundlich.org.

Weltstillwoche 2009

Stillen ist lebenswichtig – bist du dabei?

Die diesjährige Weltstillwoche findet vom 28. September - 4. Oktober 2009 unter dem Motto "Stillen ist lebenswichtig! Bist du dabei?" statt. Ein besonderer Fokus liegt dabei vor allem auf der Situation in Krisengebieten, wo verunreinigtes Trinkwasser ein Problem darstellt. Hier ist ausschließliches Stillen in den ersten Lebensmonaten ein wichtiger Schutz vor lebensbedrohlichen Erkrankungen. Aber auch in unserer Region ist Stillen wichtig! Es hat zahlreiche Vorteile – für Mutter und Kind. Gestillte Kinder erkranken beispielsweise weniger häufig an Mittelohrentzündung; stillende Mütter erkranken seltener an Brustkrebs.

Obwohl Stillen noch weitere Vorteile hat, sind viele Mütter, gerade beim ersten Kind, sehr unsicher und befürchten etwas falsch zu machen. Dies zeigt auch die Bayerische Stillstudie: Fast alle Münchner Mütter haben den Wunsch zu stillen und beginnen nach der Geburt ihres Kindes damit. Leider hören zahlreiche Mütter viel zu früh wieder mit dem Stillen auf, weil ihnen bei Fragen, Unsicherheiten oder ersten Problemen guter Rat fehlt und sie nicht die Informationen und Unterstützung bekommen, die sie sich wünschen.

"So nimmt ein Kind der Mutter Brust. Nicht gleich im Anfang willig an; doch bald ernährt es sich mit Lust" (Goethe, Faust). Die Worte umschreiben, was viele Personen, die sich mit dem Stillen befassen, wissen: Stillen ist ein physiologisches Naturereignis, aber auch ein Prozess, der von Mutter und Kind in den ersten Wochen eingeübt werden muss. Familiärer Rückhalt und professionelle Unterstützung von Mutter und Kind ist in dieser sensiblen Phase besonders wichtig. Die Apothekerin oder der Apotheker Ihres Vertrauens ist ein kompetenter Ansprechpartner in Fragen rund um das Stillen und steht Ihnen für eine individuelle Beratung gerne zur Verfügung.

Nachdem WIPIG letztes Jahr mit einem Informationsstand an der Münchner Weltstillwoche vertreten war, leistet das Institut auch in diesem Jahr einen Beitrag zur Weltstillwoche. WIPIG hat einen praktischen Ratgeber zum Thema "Stillen – Prävention von Anfang an" entwickelt. Dieser gibt Antworten auf zahlreiche Fragen werdender Eltern und informiert rund um die Themen Stillen, Beikost, Medikamente und Ernährung in der Stillzeit. Den Ratgeber können Sie in Ihrer Apotheke auf Anfrage erhalten. Außerdem steht er hier für Sie zum Download zur Verfügung. Apotheken haben die Möglichkeit den Ratgeber mit dem Bestellformular auf unserer Homepage bei der Druckerei Eibl zu bestellen. Zur weiteren Vertiefung des Themas empfehlen wir Apothekern die Quellen, die im Impressum des Ratgebers angegeben sind. Zusätzlich finden Sie hier "Beratungshinweise für Apotheker" mit weiteren Tipps und Hintergrundinformationen.

Münchner Weltstillwoche

Sonja Mayer, München. Das WIPIG - Wissenschaftliches Institut für Prävention im Gesundheitswesen beteiligte sich aktiv am 17.10.08 an der Münchner Weltstillwoche 2008. Das Aktionsmotto lautet: "Mütter stärken - Wer, wie, was?"

"So nimmt ein Kind der Mutter Brust. Nicht gleich im Anfang willig an; doch bald ernährt es sich mit Lust" (Goethe, Faust). Die Worte umschreiben, was alle Personen, die sich mit dem Stillen befassen, wissen: Stillen ist zwar ein physiologisches Naturereignis, aber auch ein Prozess, der von Mutter und Kind in den ersten Wochen eingeübt werden muss. Familiäre und professionelle Unterstützung von Mutter und Kind in dieser sensiblen Phase ist folglich sehr wichtig. Die Bayerische Stillstudie zeigt es: Fast alle Münchner Mütter wollen stillen und beginnen nach der Geburt ihres Kindes damit. Sie hören aber viel zu früh wieder auf zu stillen, weil ihnen bei Fragen, Unsicherheiten oder ersten Problemen guter Rat fehlt und sie nicht die Informationen und Unterstützung bekommen, die sie brauchen.

Ein kompetentes, interdisziplinäres Team aus Hebammen, Ärztinnen, Stillberaterinnen, Laktationsberaterinnen, Geburtsvorbereiterinnen und Apothekern stand in drei Zelten Müttern und Vätern rund um den Marienplatz mit Rat und Tat zur Seite. Sie alle beantworteten Fragen, wer die stillende Frau in welcher Form unterstützen und fit machen kann. Die Veranstaltung ist ein Beitrag des Referates Gesundheit und Umwelt zur Münchner Stillförderung, wie sie der Münchner Stadtrat im vergangenen Jahr nach EU-Vorbild beschlossen hat.

WIPIG und die Bayerische Landesapothekerkammer boten Schwangeren und Stillenden kompetente Ernährungsberatung an. Die typischen Fragen lauteten: "Muss ich meine Ernährung umstellen? Darf ich alles essen und trinken? Soll ich Nährstoffpräparate einnehmen? Kann ich in der Stillzeit alles essen? Wie viel soll ich trinken?" Auch die Einführung der Beikost und gesunde Ernährung im ersten Lebensjahr wurden angesprochen. Die Veranstaltung zeigte eindrucksvoll die Beratungsleistung des Apothekers für die Bevölkerung und seine Rolle als Präventionsmanager. Der Verein Babyfreundliche Apotheke stellte sein besonderes ganzheitliches Beratungskonzept vor: neben apothekenexklusiven Leistungen erhalten Schwangere, Stillende und Eltern mit Baby eine auf ihre Bedürfnisse und die individuelle Situation abgestimmte, fachkundige Beratung. Im Mittelpunkt stehen die Förderung des Stillens und einer harmonischen Familienbeziehung sowie die Stärkung der elterlichen Kompetenz. Die zuständigen Mitarbeiter verfügen über qualifiziertes Fachwissen und orientieren sich an speziell auf die Apotheke ausgerichteten Beratungsstandards. Die Beratungsleistungen im speziellen unterliegen dabei den strengen Anforderungen eines Qualitätsmanagementsystems.

Die Förderung des Stillens und die gesunde Ernährung der Säuglinge mit Muttermilch hat bei der Stadt München lange Tradition. So wurden in den Nachkriegsjahren durch eine vom Gesundheitsamt betriebene Frauenmilchsammelstelle vor allem kranke und zu früh geborene Kinder mit Frauenmilch versorgt und der hohen Säuglingssterblichkeit durch Ermunterung der Frauen zum Stillen entgegengewirkt. Seit Jahren hat die Stadt München einen Arbeitskreis zum Stillen, in dem die einschlägigen Gruppen der Mutter-Kind-Betreuung ihre Erfahrungen einbringen und als Anwälte der Bedürfnisse stillender Mütter fungieren. In den letzten Jahren wurden die Aktivitäten rund um die Kampagne "Stillen macht stark" verstärkt. Neue Stillgruppen vor allem zur Unterstützung von Risikogruppen, die frühzeitig das Stillen aufgeben, wurden ins Leben gerufen und finanziell unterstützt. Öffentlichkeitsarbeit ist ein wesentliches Anliegen, damit wir in Deutschland wieder eine Stillkultur entwickeln und Stillen in der Gesellschaft so selbstverständlich wird wie z.B. in Norwegen und Schweden.

Nicht bei allen Altersgruppen wird Stillen als etwas Selbstverständliches und Normales gesehen. In den 50er und 60er Jahren konnten viele Frauen ihren Stillwunsch nicht optimal

verwirklichen. Viele der Großmütter und Großväter sehen heute mit Freude, wie problemlos ihre Enkelkinder gestillt werden. So zeigt die im Zelt des Landesamtes kurz skizzierte Großelternumfrage deutlich, wie wichtig den Großeltern dieses Thema im Hinblick auf die Gesundheit ihrer Töchter/Schwiegertöchter und Enkel ist. Denn Muttermilch ist gesund. Sie schützt Säuglinge vor Durchfallerkrankungen, Infekten der Atemwege und Mittelohrentzündungen. Gestillte Kinder haben im Vorschulalter meistens weniger Übergewicht. Stillende Mütter werden in der Regel schneller wieder schlank und erkranken seltener an Brustkrebs.