



Stillförderung Schweiz
Promotion allaitement maternel Suisse
Promozione allattamento al seno Svizzera

Infopost Dezember 2017

www.stillfoerderung.ch

Liebe Leserinnen und Leser
Unsere Webseite kommt im neuen Design daher. Um Ihnen einen besseren Online-Service zu bieten, haben wir unseren Webauftritt benutzerfreundlicher und vor allem übersichtlicher gestaltet. Zudem ist er neu auch für mobile Endgeräte ausgelegt. Freuen Sie sich auf eine frische Optik und eine verbesserte Menüführung.

Viel Vergnügen beim Lesen und Surfen!

- > [Neuer Webauftritt mit Shop](#)
- > [Motion Feri „Werbebeschränkungen für Säuglingsanfangs- und Folgenahrungen“](#)
- > [Rückblick Weltstillwoche 2017](#)
- > [Rückblick Fachtagungen 2017](#)
- > [Save the date: Fachtagungen 2018](#)
- > [Aktuelles aus der Forschung](#)
- > [Projekt Miapas](#)
- > [Stillen und Arbeit](#)
- > [mamamap](#)
- > [Informationsmaterialien](#)

Frohe Festtage und alles Gute für das neue Jahr.
Mit freundlichen Grüssen
Christine Brennan, Geschäftsleiterin

Stillförderung Schweiz

Schwarztorstrasse 87, 3007 Bern
Tel. 031 381 49 66 / Fax 031 381 49 67



[Daten ändern](#) | [Abmelden](#) | [Kontakt](#)

Neuer Webauftritt mit Shop

Klare Struktur, intuitive Navigation, optimierter Service und neues Design: Unsere neue Webseite ist online. Dank des responsiven Webdesigns navigieren Sie neu auch auf Tablets und Smartphones bequem durch unsere Webseite. www.stillfoerderung.ch

Entdecken Sie jetzt den neuen Shop, mit dem Sie unsere vielen Materialien noch einfacher bestellen können. www.stillfoerderung.ch/shop

Wir freuen uns über Ihre Rückmeldung zur neuen Webseite unter contact@stillfoerderung.ch.

Motion Feri „Werbebeschränkungen für Säuglingsanfangs- und Folgenahrungen“

Werbeverbot soll für alle Säuglingsmilch gelten

Nahrungsprodukte für Säuglinge über sechs Monate werden oft in fast identischer Verpackung angeboten wie Produkte für Säuglinge unter sechs Monaten. Faktisch wird damit das geltende Werbeverbot für Säuglingsanfangsnahrung umgangen. Die in der Herbstsession von [Nationalrätin Yvonne Feri \(SP AG\) eingegebene Motion 17.3661 „Werbebeschränkungen für Säuglingsanfangs- und Folgenahrungen“](#) will dies unterbinden und fordert, dass das Werbeverbot für alle Muttermilchersatzprodukte für Säuglinge bis zu einem Alter von 12 Monaten gelten soll. Dies mit dem Ziel, das Stillen besser zu schützen.

[Medienmitteilung](#)

Stellungnahme des Bundesrates vom 1.12.2017

Stillen ist die natürlichste und gesündeste Ernährung für ein Kind. Der Bund rät deshalb, ausgehend von der Empfehlung der WHO und der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie, Säuglinge während der ersten vier bis sechs Monate, soweit möglich und mit der persönlichen Entscheidung vereinbar, ausschliesslich zu stillen.

Nach der Verordnung über Lebensmittel für Personen mit besonderem Ernährungsbedarf (SR 817.022.104) muss sich, analog zum EU-Recht, Folgenahrung in der Kennzeichnung und Werbung deutlich von Säuglingsanfangsnahrung unterscheiden. Dies soll eine Verwechslung sowie das indirekte Bewerben von Säuglingsanfangsnahrung, was sowohl in der Schweiz wie auch in der EU verboten ist, über die Folgenahrung ausschliessen. Die Umsetzung der vorgenannten Vorgaben ist aktuell in der Schweiz jedoch noch nicht optimal. Das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen wird daher die Hersteller für eine striktere Beachtung dieser Vorgaben sensibilisieren und die Kantone zu einem konsequenteren Vollzug auffordern. Erst wenn dieses Vorgehen die Situation nicht verbessert, würde eine Werbebeschränkung für Folgenahrung ins Auge gefasst werden.

Rückblick Weltstillwoche, 16. bis 23. September 2017



Stillen geht uns alle an

Die Weltstillwoche stand dieses Jahr in der Schweiz unter dem Slogan „**Stillen geht uns alle an**“ und fand vom **16. bis 23. September 2017** statt. Es ist ein Aufruf an Gesellschaft und Politik, die Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass die von Gesundheitsfachleuten empfohlene Stilldauer umgesetzt werden kann. Es gilt, neue und bessere Wege der Zusammenarbeit zu finden.

Organisiert durch Spitäler, Stillberaterinnen, Hebammen, Mütter-Väter-Beratung und La Leche League fanden 130 Aktivitäten statt. Dabei wurden 8000 Karten und 8400 Puzzles mit dem Slogan abgegeben und 5700 Plakate fanden ihren Weg an eine Wand.

Wir danken allen Beteiligten für ihren Einsatz. Viele haben uns Rückmeldungen zu den Materialien gegeben. Der Slogan und das Bild haben den allermeisten sehr gut gefallen, das Puzzle als Give-away erhielt einige kritische Stimmen. Allen, die uns ein Feedback gegeben haben, danken wir herzlich. Nur so können wir Materialien zur Verfügung stellen, welche auch benutzt werden. [Weiterlesen](#)

Rückblick Fachtagungen 2017 in Zürich und Lausanne

Transkulturelle Kompetenz

63 Personen verfolgten die Fachtagung vom 31. August 2017 in Zürich. Das Verständnis von kulturellen Unterschieden verbessern und damit verbundene Hürden abbauen – dies war das Thema der interdisziplinären Fachtagung unter dem Titel „**Transkulturelle Kompetenz**“.

Zuerst lieferte Renate Bühlmann viele wertvolle Grundlagen zum Thema Transkulturelle Kompetenz, welche die Basis für die nachfolgenden Referate bildeten. Im zweiten Referat stellte Paola Origlia Ikhlor die aktuelle BRIDGE-Studie (Barrierefreie Kommunikation in der geburtshilflichen Versorgung allophoner Migrantinnen) vor. Und zuletzt berichtete Dr. med. Fana Asefaw mit vielen Beispielen aus der Praxis über kulturelle Unterschiede in der Mutter-Kind-Interaktion.

Nach den Referaten entstand eine spannende Diskussion, an welcher sich die Teilnehmerinnen mit vielen interessanten Fragen beteiligten. Mit einem gemeinsamen Apéro und weiteren Gesprächen wurde die Fachtagung in Zürich abgeschlossen.

[Mehr Informationen, Folien der Referate und Bilder der Tagung](#)

Unterstützung des Stillens in der Klinik, auch unter schwierigen Umständen

Knapp 70 Teilnehmer konnte die Fachtagung vom 12. September 2017 in Lausanne anlocken mit dem Thema „**Unterstützung des Stillens in der Frauenklinik: eine neue Herausforderung**“.

In der Schweiz beginnen 95 Prozent der Mütter in Frauenkliniken mit dem Stillen; nach vier Monaten stillen jedoch nur noch 62 Prozent ihr Kind ausschliesslich (Daten: BAG 2014). Es ist deshalb besonders wichtig, die Frauen dabei zu unterstützen, das Stillen möglichst lange weiterzuführen und dies auch unter schwierigen Umständen, beispielsweise wenn sie aufgrund einer Hospitalisierung vom Kind getrennt sind. Dieses Ziel verfolgen die an der Abteilung Frau/Mutter/Kind des CHUV verfolgten Strategien.

Valérie Avignon stellte das Programm im CHUV vor, das darauf abzielt, den von den Müttern im Zusammenhang mit dem Stillen empfundenen Stress zu reduzieren. Wichtig ist das Entwickeln einer einheitlichen Praxis, die auf neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruht, aber auch die Anschauungen, den Glauben und die aktuellen Bedürfnisse jeder einzelnen Mutter berücksichtigt. Anick Michon berichtete über die Umsetzung von Good-Practice-Empfehlungen gemäss JBI-Methode bei der Behandlung von schmerzenden Brustwarzen bei stillenden Müttern auf der Wochenbettstation. Schliesslich sprachen Dr. med. Céline Fischer und ihr Team über die Gründung einer Gruppe zur Unterstützung des Stillens auf der Neonatologie, welche zum Ziel hat, jenen Müttern zu helfen, deren Kinder noch mehr als alle andern auf die Muttermilch angewiesen sind.

Auch in Lausanne wurden anschliessend an die Referate viele Fragen gestellt und beim Apéro fand ein reger Austausch statt.

[Mehr Informationen, Folien der Referate und Bilder der Tagung](#)

Fachtagungen 2018

Save the date

Die Fachtagung 2018 findet in Zürich am 13. September 2018 statt. Das Thema und Programm werden Sie auf unserer Webseite [Fachtagungen](#) finden, sobald die Details bekannt sind.

Das Datum der Tagung in Lausanne ist noch nicht definitiv fixiert, auch hierzu werden Sie laufend auf der Webseite [Fachtagungen](#) mehr erfahren.

IBCLC-Rezertifizierung

Verschiedene Möglichkeiten für die Rezertifizierung finden Sie [hier](#).

Aktuelles aus der Forschung

Frühgeborene profitieren von Muttermilch

Die Muttermilch bei Müttern von Frühgeborenen weist unterschiedliche Mengen an MicroRNAs auf als die von Müttern mit zeitgerecht geborenen Kindern. Dies kann Frühgeborenen beim Aufholen des Wachstums- und Entwicklungsrückstands helfen.

Amerikanische Forscher verglichen die Milch der Mütter von frühgeborenen Babys – zwischen der 28. und der 37. Schwangerschaftswoche – mit jener der Mütter, die nach 38 Wochen geboren hatten. Dabei versuchten sie herauszufinden, ob es Unterschiede in der Zusammensetzung der MicroRNAs in der Milch gibt. MicroRNAs sind eine Variante der RNA, die die Genexpression beeinflusst und an den Säugling weitergegeben werden kann. Die Studie identifiziert für neun MicroRNAs deutliche Unterschiede zwischen der Milch von Müttern von Frühgeborenen gegenüber jener von Müttern mit termingerecht Geborenen. Diese MicroRNAs sind auf Stoffwechselprozesse, auf die Regulierung der Magen-Darm-Funktion und den Energiebedarf von Frühgeborenen abgestimmt. Die Ergebnisse könnten erklären, warum Frühgeborene sich besser entwickeln, wenn sie von ihrer Mutter gestillt werden.

[Mehr Informationen \(auf Englisch\)](#)

SIDS und Stilldauer

In einer Metaanalyse wurde der Zusammenhang zwischen Stilldauer und dem Risiko für SIDS untersucht. Eine Stilldauer von mindestens zwei Monaten konnte mit einer Halbierung des SIDS-Risikos assoziiert werden.

[Zur Studie](#)

Weiteres, zusammengestellt vom Europäischen Institut für Stillen und Laktation:

Anästhesie der stillenden Mutter

Immer wieder erleben wir in der Beratung, dass stillenden Frauen, die sich einer Operation oder einer Schmerzbehandlung unterziehen müssen, zum Abstillen geraten wird. Das Protokoll Nr. 15 der Academy of Breastfeeding Medicine (ABM)

beschäftigt sich mit Schmerztherapie und Anästhesie der stillenden Mutter und wurde aktuell und turnusgemäss überarbeitet, um neue Evidenzen einfließen zu lassen. Die Protokolle der ABM gelten weltweit als Standard für medizinisch sinnvolle, den aktuellen Erkenntnissen angemessene Vorgehensweisen bei stillenden Frauen und Stillkindern.

[Weiterlesen](#)

Risikofaktoren für das ausschliessliche Stillen nach drei und sechs Monaten

Obwohl weltweit ein sehr hoher Anteil an Schwangeren plant, ihr Kind den internationalen Empfehlungen gemäss während rund sechs Monaten ausschliesslich zu stillen, beobachten wir, dass häufig deutlich früher abgestillt oder zumindest nur noch teilweise gestillt wird. Eine aktuelle spanische Studie hat sich mit der Frage beschäftigt, welche Faktoren zu diesem Phänomen führen.

[Weiterlesen](#)

Stillen schützt vor chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen

Dass gestillte Säuglinge eine andere Darmflora besitzen als formulaernährte Kinder ist bereits bekannt und wird weiterhin untersucht. Ausserdem weiss man, dass Stillen das Risiko für verschiedene Infektionskrankheiten im Säuglingsalter verringert, z. B. auch für Magen-Darm-Erkrankungen.

Eine aktuelle Metaanalyse befasste sich nun mit den Langzeitauswirkungen des Stillens auf die Darmgesundheit.

[Weiterlesen](#)

Projekt Miapas von Gesundheitsförderung Schweiz

Im Projekt [Miapas](#) nimmt sich Gesundheitsförderung Schweiz zusammen mit nationalen Partnern der Gesundheit von Kleinkindern an: Einerseits werden gemeinsame Grundlagen, Empfehlungen und Botschaften für im Kleinkindbereich tätige Fachleute erarbeitet und verbreitet. Andererseits werden politische Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträger für die Wichtigkeit der Gesundheitsförderung im Kleinkindalter sensibilisiert.

Die nationalen Akteure im Bereich Frühförderung veröffentlichen erstmals Empfehlungen zur Förderung von körperlicher Aktivitäten bei Säuglingen, Kleinkindern und Kindern im Vorschulalter. Die Empfehlungen sind in theoretischer Form für Fachpersonen und als Praxistipps für Eltern und Bezugspersonen gedacht.

[Hier](#) finden Sie die nationale Bewegungsempfehlung für Säuglinge, Kleinkinder und Kinder im Vorschulalter und die Bewegungstipps.

Stillen und Arbeit

Stillförderung Schweiz setzt sich zum Ziel, nicht nur Fachpersonen und Eltern über die Rechte von stillenden Müttern bei Wiederaufnahme der Arbeit aufzuklären, sondern auch Arbeitgeber für das Thema zu sensibilisieren. Dazu werden laufend Arbeitgeber über die Abläufe im Betrieb befragt und auf die [Merkblätter](#) von Stillförderung Schweiz hingewiesen.

Im Rahmen eines Praktikums bei Stillförderung Schweiz wurde die Umfrage zum Thema «Stillen und Arbeit» an 280 Personalabteilungen von Spitälern gesendet. 33 Spitäler haben den Fragebogen zurückgesandt, das entspricht einer Rücklaufquote von knapp 12 Prozent.

Erfreulicherweise sind bei 97 Prozent der antwortenden Spitäler die Vorgesetzten über die gesetzlichen Vorgaben informiert, aber nur 24 Prozent unternehmen proaktive Anstrengungen zur Optimierung der Situation der Mütter. Es ist davon auszugehen, dass bei den nicht antwortenden Arbeitgebern die Situation nicht besser ist.

[Ganze Auswertung](#)

mamamap – Stillen unterwegs



Wir haben die App zum einfachen Auffinden öffentlicher Stillorte dem neuesten technischen Fortschritt angepasst und gleichzeitig auch inhaltliche Verbesserungen vorgenommen.

Schauen Sie rein: www.mamamap.ch

Die öffentlich zugänglichen Stillorte sind auch auf einer Karte ersichtlich. Kennen Sie einen stillfreundlichen Ort, der noch nicht auf mamamap.ch aufgeführt ist? Dann melden Sie den Ort an.

Informationsmaterialien

Bestellen im Shop: www.stillfoerderung.ch/shop

- **Wendebroschüre Stillen für Vater und Mutter**



Haben Sie sich die Wendebroschüre Stillen für Vater und Mutter bereits angesehen? ([hier](#) ansehen)

Sie möchten lieber ein gedrucktes Exemplar in den Händen halten? Bestellen Sie Ihr persönliches **Gratisexemplar** unter contact@stillfoerderung.ch.

- **Kurzfilm „Breast is best“ in 14 Sprachen**



Der Kurzfilm „Breast is best“ in **14 Sprachen** (Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch, Albanisch, Arabisch, Farsi, Kurdisch, Portugiesisch, Somalisch, Spanisch, Tamilisch, Tigrinisch und Türkisch) steht kostenlos zur Verfügung unter www.stillfoerderung.ch/kurzfilm.

Seit der Aufschaltung im Dezember 2016 wurde der Film bereits über 18'000 Mal angesehen.

Informationsflyer mit dem direkten Link zum Film zur Abgabe an Eltern können im [Shop](#) bestellt werden. Bitte helfen Sie mit, dass jede werdende Mutter den Film in ihrer Sprache sehen kann.

- **Film „Stillen von Frühgeborenen“**



Der Film über das Stillen von Frühgeborenen zeigt die ersten Schritte zum erfolgreichen Stillen und steht unter www.stillfoerderung.ch/fruehgeborene kostenlos zur Verfügung. Seit der Aufschaltung im August 2016 wurde der Film bereits über 6'000 Mal angesehen.

Flyer mit der Linkinformation zur Abgabe an Eltern können im [Shop](#) bestellt werden.

Der Film kann auch als DVD mit allen vier Sprachversionen im [Shop](#) bestellt werden.

Gerne erhalten wir Ihre Rückmeldung zum Film unter contact@stillfoerderung.ch. Vielen Dank.

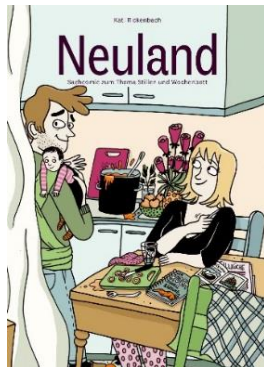
- **Stillbroschüren**



Die Stillbroschüre ist in 12 Sprachen erhältlich. Neben Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch gibt es die Broschüre auch in Albanisch, Arabisch, Portugiesisch, Serbokroatisch, Spanisch, Tamilisch, Tigrinisch und Türkisch.

Bitte helfen Sie mit und geben Sie den Frauen die [Stillbroschüren](#) in ihrer Erstsprache ab. Bitte melden Sie uns auch, wenn Sie denken, es fehlt eine Sprache (contact@stillfoerderung.ch). Vielen Dank.

- **Stillcomic „Neuland“**



[Aufbruch in ein Leben mit Baby](#)

Die Geburt eines eigenen Babys gleicht dem Aufbruch zu einer Reise mit vielen neuen Erfahrungen – vor allem, wenn es das erste Mal ist. Einen solchen Aufbruch erleben Louise und Tom bei der Geburt ihrer Tochter Anna. Der Sachcomic „Neuland“ erzählt von der spannenden Reise der jungen Familie von der Geburt über die vielfältigen Stationen des Wochenbetts bis hin zur schrittweisen Gestaltung des neuen Alltags. Die von der Illustratorin Kati Rickenbach einfühlsam gezeichnete und witzig erzählte Geschichte zeigt die ganze Palette der für diese besondere Lebensphase typischen Freuden, Fragen und Sorgen. Zusammen mit einer dem Buch beigelegten Broschüre mit nützlichen Informationen rund um Stillen und Wochenbett bietet „Neuland“ beste Unterhaltung und dient zugleich als Ratgeber für den Start in ein Leben mit Baby.

- **Ernährungsschema der SGP/SGE in 12 Sprachen**



Die Übersicht zur Einführung der Beikost wurde neben den bereits vorhandenen Sprachen Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch in folgende Sprachen übersetzt: Albanisch, Arabisch, Portugiesisch, Serbokroatisch, Spanisch, Tamilisch, Tigrinisch und Türkisch. Sie stehen zum [Download](#) bereit.

- **Ausbildungsfilm auf [DVD](#) „Breast is best“**
- **Broschüre und Leporello des BLV „[Ernährung rund um Schwangerschaft und Stillzeit](#)“**
- **Broschüre des BLV „[Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern](#)“**
- **[FAQ](#) (Frequently Asked Questions)**

Weitere Informationsmaterialien für Migrantinnen

Mit der einfachen Bezugsmöglichkeit von mehrsprachigen Informationen zu Gesundheitsfragen trägt migesplus.ch dazu bei, Zugangsbarrieren abzubauen und die gesundheitliche Situation von Migrantinnen und Migranten zu verbessern.

Die Ernährungsrichtlinien rund um Schwangerschaft und Stillzeit des BLV gibt es als Leporello in 14 Sprachen. [Hier](#) oder im [Shop](#) können Sie diesen bestellen.



