



Stillförderung Schweiz  
Promotion allaitement maternel Suisse  
Promozione allattamento al seno Svizzera

## Infopost Juni 2017

[www.stillfoerderung.ch](http://www.stillfoerderung.ch)

Liebe Leserinnen und Leser  
Viermal jährlich informieren wir Sie mit unserer Infopost über Aktivitäten von Stillförderung Schweiz und über Aktualitäten, die das Stillen betreffen.

In dieser Ausgabe:

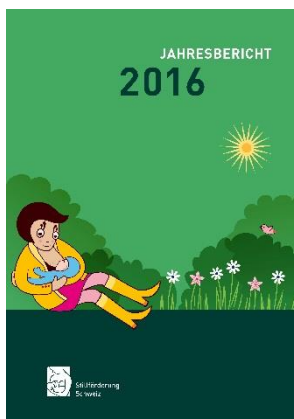
- > Jahresbericht 2016
- > Weltstillwoche 2017  
*Materialien bestellen*
- > Fachtagungen 2017
- > Neue Wendebroschüre für Vater und Mutter
- > Neue Broschüre Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern
- > Neues Lebensmittelgesetz
- > Aktuelles aus der Forschung
- > Projekt Miapas
- > Stillen und Arbeit –FAQs
- > mamamap
- > Informationsmaterialien

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](#)

## Jahresbericht 2016



Der Jahresbericht 2016 mit den tollen Illustrationen von Judith Zaugg ist aufgeschaltet und kann [hier](#) eingesehen werden.

# Weltstillwoche, 16. bis 23. September 2017

## Stillen geht uns alle an



Für ein gutes Gedeihen der Kinder ist die ganze Gesellschaft gefordert. Diesem Grundsatz widmet sich die Weltstillwoche 2017, die vom **16. bis 23. September** stattfindet. Unter dem Slogan „Stillen geht uns alle an“ appellieren die Veranstalter in der Schweiz sowohl an Organisationen als auch an jede und jeden Einzelnen, zu einem stillfreundlichen Umfeld beizutragen. [Weiterlesen](#)

**[Hier geht es zur Bestellung der Materialien.](#)**



Mit möglichst zahlreichen Veranstaltungen und weiteren Aktivitäten wollen wir während der Weltstillwoche vom 16. bis 23. September 2017 zum Zusammenwirken zugunsten des Stillens aufrufen. Als Symbol für die Kampagne werden Puzzles abgegeben.

### Aktivitäten

Alle Aktivitäten im Rahmen der Weltstillwoche 2017 publiziert Stillförderung Schweiz auf ihrer [Website](#) und auf [Facebook](#).

### Materialbestellung und Anfragen

Allen Personen, Verbänden und Unternehmen, die eigene Veranstaltungen planen, stellt Stillförderung Schweiz Karten, Plakate und Puzzles zur Verfügung. [Zur Bestellung](#)

## Interdisziplinäre Fachtagungen 2017 in Zürich und Lausanne

### Transkulturelle Kompetenz – 31. August 2017 nachmittags in Zürich

Das Verständnis von kulturellen Unterschieden verbessern und damit verbundene Hürden abbauen ist das Thema der interdisziplinären Fachtagung unter dem Titel „**Transkulturelle Kompetenz**“. Das gemeinsam mit dem Schweizerischen Roten Kreuz erarbeitete Programm umfasst folgende Schwerpunkte:

- Grundlagen der transkulturellen Kompetenz
- Barrierefreie Kommunikation in der geburtshilflichen Versorgung allophoner Migrantinnen
- Mutter-Kind-Interaktion kulturübergreifend fördern – was brauchen Fachpersonen dazu?
- Podium und Fragerunde mit den Referierenden

Weitere Informationen und das Programm finden Sie [hier](#).  
[Anmeldungen](#)

### Unterstützung des Stillens – 12. September 2017 nachmittags in Lausanne (Tagungssprache Französisch)

In der Schweiz entscheiden sich 95 Prozent der Mütter in Frauenkliniken, ihr Kind zu stillen. Wichtiger als eine Ermutigung zum Stillen erscheint deshalb, die Frauen dabei zu unterstützen, das Stillen möglichst lange weiterzuführen und dies auch unter schwierigen Umständen, beispielsweise wenn sie vom Kind getrennt sind. Dieses Ziel verfolgen die an der Abteilung Frau/Mutter/Kind des CHUV (Universitätsspital Lausanne) entwickelten Strategien:

- Schaffen einer Gruppe zur Unterstützung des Stillens auf der Neonatologie
- Partnerschaft für das Stillen in der Frauenklinik: entwickeln eines Programms, das darauf abzielt, den von den Müttern im Zusammenhang mit dem Stillen empfundenen Stress zu reduzieren
- Partnerschaft für das Stillen in der Frauenklinik: die Frauen informieren

Weitere Informationen und das Programm finden Sie [hier](#).  
[Anmeldungen](#)

## Neue Wendebroschüre Stillen für Vater und Mutter



Wir freuen uns, dass die neue Wendebroschüre fertiggestellt ist: [hier](#) ansehen.

Sie möchten lieber ein gedrucktes Exemplar in den Händen halten? Bestellen Sie **Ihr persönliches Gratisexemplar** unter [contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch).

Die neue Doppelbroschüre spricht sowohl inhaltlich als auch in Form und Gestaltung die Zielgruppe der jungen Erwachsenen an. Zugleich wendet sie sich nicht nur an die werdende Mutter, sondern auch direkt an ihren Partner.

Frauen finden neben allgemeinen Informationen rund um das Thema Stillen und Muttermilch Hinweise zu den vielfältigen Vorteilen des Stillens, zu verbreiteten Vorurteilen sowie zum Umgang mit potenziellen Stillhindernissen (z. B. Wiedereinstieg in die Erwerbsarbeit, Stillprobleme).

Relevante Informationen für Männer finden sich, wenn man die Broschüre auf den Kopf stellt und von hinten aufblättert.

## Neue Broschüre Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern



Eine ausgewogene Ernährung ist eine wichtige Grundlage für die gesunde Entwicklung des Kindes bis ins Erwachsenenalter. Um Eltern bei Fragen rund um die Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern zu unterstützen, hat das BLV in Zusammenarbeit mit verschiedenen Fachorganisationen die offiziellen Schweizer Empfehlungen zur Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern erarbeitet und Anfang Juni 2017 als Broschüre veröffentlicht.

Die Inhalte basieren auf dem Bericht der Eidgenössischen Ernährungskommission « Ernährung in den ersten 1000 Lebenstagen – von pränatal bis zum 3. Geburtstag » (2015) und den [Empfehlungen der Ernährungskommission der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie](#) (2017).

Die Broschüre kann gratis in gedruckter Form [beim Bund bestellt oder als PDF heruntergeladen](#) werden. Sie ist in Deutsch, Französisch und Italienisch erhältlich. Eine Kurzversion in diversen Sprachen ist in Planung.

Die Broschüre beinhaltet folgende Themen:

- Ernährung im 1. Lebensjahr: Stillen, Ernährung mit der Babyflasche, Beikost
- Ernährung im 2. und 3. Lebensjahr: Essverhalten, Lebensmittelempfehlungen, Haupt- und Zwischenmahlzeiten
- Nährstoff-Supplemente
- Allergieprävention
- Bewegung

Als Ergänzung zu dieser Broschüre werden ab Sommer weitere spannende und informative Themen zur Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern auf der Webseite [www.blv.admin.ch](http://www.blv.admin.ch) verfügbar sein.

## Neues Lebensmittelgesetz

Das per 1. Mai 2017 in Kraft gesetzte neue Lebensmittelgesetz hat in Bezug auf die Werbung für Säuglingsnahrung keine inhaltlichen Änderungen zur Folge. Die Formulierungen sind geringfügig geändert. [Mehr dazu](#).

Geändert hat jedoch die Artikelnummerierung:

- Der alte Art. 11a der [Lebensmittel- und Gebrauchsgegenständeverordnung \(LGV\)](#) ist neu [Art. 41 Werbebeschränkungen für Säuglingsanfangsnahrung](#).
- Die alten Art. 17 und 18 der [Verordnung über Lebensmittel für Personen mit besonderem Ernährungsbedarf \(VLBE\)](#) sind neu [Art. 5 Begriff Säuglingsanfangsnahrung](#) und [Art. 12 Begriff Folgenahrung](#).

## IBCLC-Rezertifizierung

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

## Aktuelles aus der Forschung

### Krebsabwehr aus Muttermilch

Das Eiweissmolekül Lactoferricin in Muttermilch ist wichtig für die Immunabwehr von Neugeborenen. Biowissenschaftler an der Uni Graz sehen in dem Peptid einen Hoffnungsträger für künftige punktgenaue Therapien von Hautkrebs und schwer therapierbare Tumoren des Gehirns. [Weiterlesen](#)

### Hyperaktivität kann durch Stillen vorgebeugt werden

Wissenschaftler des University College Dublin werteten im Rahmen einer Studie Daten von etwa 8000 Familien aus, unter Einbezug von Berichten von Eltern, Lehrern und von regulären ärztlichen Untersuchungen über die Kinder. Diese Berichte berücksichtigten unter anderem Faktoren wie problematisches Verhalten, Vokabular und kognitive Fähigkeiten der Kinder zum Zeitpunkt des dritten und fünften Lebensjahres.

Die Ergebnisse der Untersuchungen legen nahe, dass Stillen Hyperaktivität vorbeugen kann. Von 13 untersuchten Faktoren war die Hyperaktivität der einzige, der einen deutlichen Unterschied zwischen gestillten und nicht gestillten Kindern im Alter von drei Jahren zeigte. In allen anderen Bereichen wiesen die Gruppen keine signifikanten Unterschiede auf. Die Studie kommt zum Schluss, dass Babys, die für mindestens sechs Monate gestillt wurden, seltener an Hyperaktivität leiden. Im Alter von fünf Jahren konnten jedoch keine Unterschiede mehr zwischen gestillten und nicht gestillten Kindern festgestellt werden.

Die Ergebnisse der Studie wurden in der Fachzeitschrift [Pediatrics](#) veröffentlicht.

### Zusammenhang von Bakterien in der Muttermilch und Aufbau und Entwicklung der kindlichen Darmflora

Eine neue Studie untersuchte die Übertragung von Bakterien der Muttermilch und der Hautbakterien der Areola auf den kindlichen Darm und kam zum Schluss, dass Stillen beim Aufbau der kindlichen Darmflora eine wichtige Rolle spielt.

[Studie englisch](#)

Zusammengestellt vom Europäischen Institut für Stillen und Laktation:

### Stillförderung im wissenschaftlichen Überblick – eine hilfreiche Sammlung

Neben der Frage, warum das Stillen empfehlenswert ist, beschäftigt sich die Forschung schon seit Längerem auch mit der Frage, wie man stillende Frauen unterstützen kann und was sie brauchen, um erfolgreich stillen zu können. Zu diesem Themenfeld ist nun aktuell ein umfangreiches Cochrane-Review erschienen, in dem eine grosse Anzahl von Studien zu Massnahmen der Stillförderung kritisch bewertet und zusammengefasst wird. Das komplett frei zugängliche Review listet detailliert verschiedene Studien auf und gibt Gründe an, warum bestimmte Untersuchungen einbezogen und andere vom Review ausgeschlossen wurden. [Weiterlesen](#)

### LCPUFAs in Formula-Nahrung: Cochrane-Review

Dass langkettige ungesättigte Fettsäuren (Long Chain Poly-Unsaturated Fatty Acids, LCPUFAs) wie zum Beispiel DHA (Docohexaensäure) und AA (Arachidonsäure) in Muttermilch vorkommen und als wichtige Faktoren für eine gesunde Entwicklung von Nervensystem und Augen gelten, ist seit Längerem bekannt. Die Formula-Industrie bemüht sich stetig, mit ihren Produkten die Muttermilch möglichst genau zu kopieren. LCPUFAs werden bereits seit einigen Jahren von manchen Herstellern der Formula-Nahrung beigemischt und entsprechend wird diese Nahrung speziell beworben. In einer systematischen Übersichtsarbeit haben nun australische Experten der renommierten Cochrane-Database diese Behauptungen überprüft und dafür nur kontrollierte randomisierte Studien einbezogen, die LCPUFA-angereicherte Formula mit normaler Formula verglichen. [Weiterlesen](#)

### Zufütterung von gesunden reifen Neugeborenen

Die [klinischen Protokolle der Academy of Breastfeeding Medicine \(ABM\)](#) gelten weltweit als wichtige Grundlage für evidenzbasierte Entscheidungen rund um alle medizinischen Fragestellungen in der Stillzeit. Sie sollen dazu beitragen, das Stillen zu fördern und Faktoren, die das Stillen behindern könnten, fachlich auszuräumen. Die Protokolle werden regelmässig überarbeitet und aufgrund der aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnislage aktualisiert.

Das Protokoll Nr. 3, das sich mit der medizinisch notwendigen Zufütterung eines gesunden, reifgeborenen und gestillten Neugeborenen beschäftigt, wurde kürzlich aktualisiert und ist nun auf Englisch wieder online zu finden. [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

Viele wiederkehrende rechtliche Fragen zum Thema Stillen und Arbeit wurden als FAQs (Frequently Asked Questions, häufige Fragen) aufgearbeitet und sind [hier](#) abrufbar.

Die [Checkliste für wiedereinsteigende Mütter](#) gibt es in allen diesen Sprachen: Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch, Albanisch, Portugiesisch, Serbokroatisch, Spanisch, Tamilisch, Türkisch.

Auch für [Arbeitgeber](#) gibt es ein Merkblatt.

## mamamap – Stillen unterwegs



### Der tausendste Stillort wurde angemeldet!

Seit vier Jahren gibt es die von Stillförderung Schweiz lancierte App mamamap ([www.mamamap.ch](http://www.mamamap.ch)) zum Auffinden von öffentlichen Stillorten.

Die öffentlich zugänglichen Stillorte sind auch auf einer Karte ersichtlich.

Kennen Sie einen stillfreundlichen Ort, der noch nicht auf [mamamap.ch](http://mamamap.ch) aufgeführt ist? Dann melden Sie den Ort an.

Die stillfreundlichen Orte sind mit diesem



Piktogramm markiert:

# Informationsmaterialien

- **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 gratis unter [www.stillfoerderung.ch/kurzfilm](http://www.stillfoerderung.ch/kurzfilm) zur Verfügung. Seit der Aufschaltung im Dezember 2016 wurde der Film bereits über 13'000-mal angesehen.

Informationsflyer mit dem direkten Link zum Film zur Abgabe an Eltern können unter [contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch) 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](http://www.stillfoerderung.ch/fruehgeborene) gratis zur Verfügung. Seit der Aufschaltung im August 2016 wurde der Film bereits über 5'000-mal angesehen.

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

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

Gerne erhalten wir Ihre Rückmeldung zum Film unter [contact@stillfoerderung.ch](mailto:contact@stillfoerderung.ch). Vielen Dank.

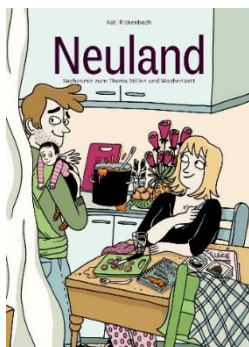
- **Stillbroschüren**



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](mailto:contact@stillfoerderung.ch)). Vielen Dank.

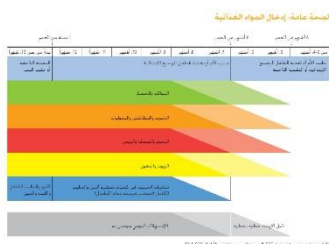
- **Stillcomic „Neuland“**



### [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 neu in folgende Sprachen übersetzt: Albanisch, Arabisch, Portugiesisch, Serbokroatisch, Spanisch, Tamilisch, Tigrinisch und Türkisch. Sie stehen [hier](#) zum Download bereit.

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

## Weitere Informationsmaterialien für Migrantinnen

Mit der einfachen Bezugsmöglichkeit von mehrsprachigen Informationen zu Gesundheitsfragen trägt [migesplus.ch](http://migesplus.ch) dazu bei, Zugangsbarrieren abzubauen und die gesundheitliche Situation von Migrantinnen und Migranten zu verbessern.

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

