

## Interview

## Stillen – Apotheker tragen eine grosse Verantwortung

**Das Stillen galt lange als unnötig oder sogar als hemmend für die Emanzipation der Frau. Inzwischen sind die gesundheitlichen Vorteile des Stillens gut dokumentiert. Dank verschiedenen Resolutionen und Initiativen der WHO und von UNICEF – zuletzt im Jahre 2001 – wurde weltweit die Förderung des Stillens als Gesundheitsziel übernommen. Das pharmaJournal sprach mit Christine Aeschlimann Guggisberg, Geschäftsführerin der Schweizerischen Stiftung zur Förderung des Stillens.**

*Stillen die Schweizerinnen heute weniger? Welches sind die letzten bekannten Zahlen?*

In der Schweiz wird deutlich mehr und länger gestillt als noch in den 1970- bis 1990-er Jahren. Laut der jüngsten schweizerischen Gesundheitsbefragung des BAG von 2007 gaben über 90 Prozent der Frauen an, ihr Kind gestillt zu haben, über 50 Prozent der Frauen haben ihrem jüngsten Kind während mindestens drei Monaten die Brust gegeben. In der Schweiz zeigen sich deutliche soziale Unterschiede, Frauen mit tieferem Bildungsniveau stillen weniger häufig und weniger lang. Es ist anzunehmen, dass Frauen mit Migrationshintergrund weniger häufig stillen. Stillen ist für mich daher auch eine Frage der Chancengleichheit.

*Warum ist es besser, sein Kind zu stillen?*

Die gesundheitlichen Vorteile des Stillens sind inzwischen gut dokumentiert. Diese umfassen einerseits einen Schutz vor gastrointestinalen, respiratorischen und ORL- Infektionen während der Dauer des Stillens. Andererseits sind bei gestillten Kindern im Vergleich zu nicht gestillten Kindern programmierende Langzeiteffekte nachgewiesen worden. Dazu gehören protektive Effekte auf die Entwicklung von Zöliakie, Diabetes Typ I, Asthma und Allergien, zudem wurde eine Korrelation des Stillens mit tieferem Body Mass Index sowie einer besseren kognitiven Entwicklung festgestellt.

Auch die Mütter haben Vorteile, sie profitieren von einem etwas verringerten Brustkrebsrisiko, zudem erlangen sie nach der Geburt schneller wieder ihr Ausgangsgewicht. Praktisch alle Mütter



Christine Aeschlimann Guggisberg

können stillen, vorausgesetzt, sie erhalten gute Information und Anleitung und die Unterstützung der Familie, des Gesundheitssystems und der Gesellschaft.

Eine neuere Studie berechnet für die USA aufgrund der oben erwähnten Langzeiteffekte einen beachtlichen gesundheitsoökonomischen Effekt des Stillens.

*Eine Mehrheit der Schweizerinnen nimmt nach 16 Wochen die Arbeit wieder auf, sie können daher ihr Kind nicht ohne Probleme während sechs Monaten oder darüber hinaus stillen. Sind die Forderungen der WHO nicht unrealistisch in unserer modernen Gesellschaft?*

Das ist sicher ein Problem und dürfte einer der Hauptgründe für das Nichterreichen der WHO-Empfehlungen in der Schweiz sein. Grundsätzlich lässt sich das Stillen mit einer Betreuung durch eine andere Person kombinieren. Dies ist umso einfacher, je älter das Kind ist, da die Zahl der Stillmahlzeiten geringer wird. Ist der Arbeitsplatz der Mutter in der Nähe des Wohnortes, kann sie ihre Arbeit zum Stillen gesetzlich geschützt unterbrechen, womöglich auf Abruf durch die betreuende Person; andernfalls kann das Abpumpen der Muttermilch sinnvoll sein, oder das Kind nimmt tagsüber andere Nah-

runge zu sich. Das Stillen abends, nachts und morgens kann weiterhin Teil der Mutter-Kind-Beziehung bleiben.

Wir stellen fest, dass die Unternehmungen in der Regel gerne bereit sind, die Mütter darin zu unterstützen, ihre Arbeit nach dem Mutterschaftsurlaub frühzeitig wieder aufzunehmen. Da gestillte Kinder weniger häufig an Infektionskrankheiten erkranken, ist dies auch im Interesse der Arbeitgeber. Es gibt in der Zwischenzeit einige gute Beispiele von Stillzimmern in Firmen, z. B. von Nestlé in Vevey. Viele Kindertagesstätten legen Wert darauf, das Stillen zu ermöglichen und zu unterstützen. Wir sind daran, solche Modelle zu fördern und die Vereinbarkeit von Stillen und Arbeit zu erleichtern.

*Das Gesetz über die Werbung für Anfangsmilchen wurde vor zwei Jahren angepasst. Welche Auswirkungen haben diese Änderungen auf die Milchpulverhersteller, vor allem im Bereich der Werbung?*

Die Unternehmen, die in der Schweiz Säuglingsanfangsnahrungen herstellen und verkaufen, befolgen bereits seit 16 Jahren freiwillig strenge Verhaltensregeln zur Einschränkung der Werbung. Dazu haben sie einen Verhaltenscodex unterzeichnet, der von einem paritätisch zusammengesetzten Panel, bestehend aus Vertretern der Industrie und der Schweizerischen Stiftung zur Förderung des Stillens, überwacht wird. Der Codex untersagt die Werbung in Publikumsmedien, die Abgabe von kostenlosen Mustern ist untersagt, die Industrie weist konsequent auf das Stillen als ideale Ernährung hin.

Ab dem 1. April 2008 wurde diese bisher freiwillig eingegangene Einschränkung gesetzlich verankert. Dies durch eine Ergänzung der Lebensmittel- und Verbrauchsgegenständeverordnung (LGV) mit konkreten Anpreisungsbeschränkungen für Säuglingsanfangsnahrungen. Nun sind diese für die Industrie, aber auch für den Handel verbindlich. Der Vollzug obliegt den kantonalen Behörden, in der Regel den Kantonschemikern.

## 22 Was sind die Folgen dieser Anpassungen für das Gesundheitspersonal, allen voran die Apotheker?

Die Apotheker tragen eine grosse Verantwortung. Sie sind eine wichtige Anlaufstelle für Eltern mit vielen verschiedenen Fragen in einer heiklen Lebensphase mit teilweise grosser Verunsicherung. Es ist erstaunlich, wie gross die Fülle der Information ist, mit der die Eltern konfrontiert werden und wie unterschiedlich die Eltern von den verschiedenen Stellen in der Praxis beraten werden.

In der Apotheke sollte eine grosse Zurückhaltung in Bezug auf die Präsentation von Anfangsmilchen im Geschäft ausgeübt werden. Das Personal sollte diese nur im Rahmen eines Beratungsgesprächs verkaufen und die Kunden darauf hinweisen, dass es sich beim Stillen um einen zumindest teilweise irreversiblen Prozess handelt. Konkret dürfen die Apotheken die Anfangsmilchen nicht mit Aktionspreisen auszeichnen und keine anderen Anreize zum Kauf einer Anfangsmilch wie Koppelgeschäfte, beispielsweise einen Schoppen gratis zur Säuglingsanfangsnahrung, offerieren. Die Sensibilität gegenüber dem Schutz des Stillens sollte aber noch weiter gehen, so ist es zum Beispiel unschön, auf einem Apothekenflyer oder der Webseite einer Apotheke zum Thema Babypflege einen Nuggi oder einen Schoppen als Symbol aufzudrucken.

Ich glaube, dass die grosse Mehrheit der Apotheken gute Arbeit leistet, so ist das Stillen in vielen Apotheken erlaubt. Vor einigen Jahren haben die Zürcher Apotheken sich mit einem Aufkleber als stillfreundlich gekennzeichnet. Ein bekanntes und sehr umfassendes Buch zum Stillen wurde zudem von einer Apothekerin geschrieben.

*Welche Aktionen wurden von Ihrer Stiftung bereits durchgeführt und welche sind in Planung, um in den Geburtsabteilungen der Spitäler das Personal für die Förderung des Stillens zu sensibilisieren?*

Unsere Zahlen, welche wir als Koordinationsstelle der «Baby Friendly Hospital Initiative» von Unicef erheben, zeigen, dass 95 Prozent der Frauen bei Austritt aus den Spitälern voll oder teilweise stillen. Die Spitäler und Kliniken geben sich beim Etablieren des Stillens grosse Mühe.

Die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens wurde am 10. Juli 2000 gegründet und hat zum Zweck, das Stillen zu fördern, um allen Kindern in der Schweiz einen gesunden Start ins Leben zu ermöglichen. Die Stiftung führt die Arbeiten der 1992 ins Leben gerufenen Arbeitsgruppe zur Förderung des Stillens des Schweizerischen Komitees für UNICEF weiter und entspricht in ihrer Funktion der in anderen Staaten üblichen Nationalen Stillkommission. Die Trägerorganisation der Stiftung umfasst das Schweizerische Komitee für UNICEF, das Bundesamt für Gesundheit, die CONCORDIA Schweizerische Kranken- und Unfallversicherung, die CSS Versicherung, die Helsana Versicherungen AG, den Berufsverband Schweizerischer Still- und Laktationsberaterinnen IBCLC, die La Leche League Schweiz, den Schweizer Berufsverband der Krankenschwestern und Krankenpfleger, die Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe, Public Health Schweiz, den Schweizerischen Hebammenverband, den Schweizerischen Verband diplomierter Ernährungsberaterinnen, die Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte und das Schweizerische Rotes Kreuz.

Wir befürchten, dass das Stillen mit der Einführung der DRG-Finanzierung und einer weitergehenden Verkürzung der Aufenthaltsdauer nach der Geburt leiden könnte.

Das Problem mit dem Stillen tritt nämlich häufig nach dem Spitalaustritt auf. Ich vermute, dass viele Frauen aus Erschöpfung, wegen fehlendem Support oder aus anderen Gründen spontan abstillen und nicht unbedingt aufgrund der Empfehlung einer Medizinalperson. Wichtig für die Frauen ist zu wissen, dass drei Stillberatungen von der Grundversicherung abgedeckt sind. Jede Frau sollte sich frühzeitig mit dem Thema Stillen vertraut machen und nach Spitalaustritt eine freiberuflich tätige Hebamme haben, welche sie im frühen Wochenbett betreut. Sehr wichtig sind auch die lokalen Angebote der «La Leche League», von Stillambulatorien, Hebammen und den Still- und Laktationsberaterinnen. Jede Apotheke sollte eine Liste mit Supportmöglichkeiten für das Stillen aus der betreffenden Region griffbereit haben.

*Sie sind Apothekerin. Welchen Rat würden Sie Ihren Berufskollegen geben, damit deren Rolle im Gesundheitssystem besser genutzt und andererseits ihre Leistungen besser bekannt ist?*

Leider wird die öffentliche Diskussion über das Gesundheitswesen immer stärker vom Thema der Kosten dominiert. In diesem vorherrschenden Diskurs ist es schwierig für die Apotheken, sich gut zu positionieren, dabei hat die Apotheke aber viele Pluspunkte und Chancen: Ich denke dabei an die ortsnahe Verankerung der Apotheken, ihre Niedrigschwelligkeit, ihre Vertrauensbasis in der Bevölkerung und ihr gut ausgebildetes Personal.

Viele Apotheken setzten sich bereits sehr stark für Gesundheitsförderung und Prävention ein, z.B. mit Gesundheitsförderungskampagnen. Ich bin überzeugt, dass dies für die Apotheken ein überzeugender und glaubwürdiger Weg ist um ihren Dienst an der Öffentlichkeit und ihre besondere Stellung als wissenschaftlich orientiertes Einzelhandelsgeschäft zu begründen und zu festigen. Es ist sicher eine bessere Strategie als das Surfen auf der Wellness- oder Discountwelle. Die Apotheken sollten eigentlich auch für die Gesundheitswissenschaften und Public Health ein interessantes Feld für Forschungsprojekte sein.

Die Apothekerschaft müsste sich eventuell überlegen, ob noch vermehrt Präsenz auf der politischen Ebene angezeigt ist und ob sie als Verband Allianzen mit anderen Organisationen im Bereich der öffentlichen Gesundheit eingehen sollten. Vielleicht wäre es eine Möglichkeit, ein Label «gesundheitsfördernde Apotheke» zusammen mit anderen Public Health-Organisationen zu lancieren, analog zu den «Health Promoting Hospitals» oder sich sogar diesem Netzwerk anzuschliessen. ■

Interview: Thierry Philbet