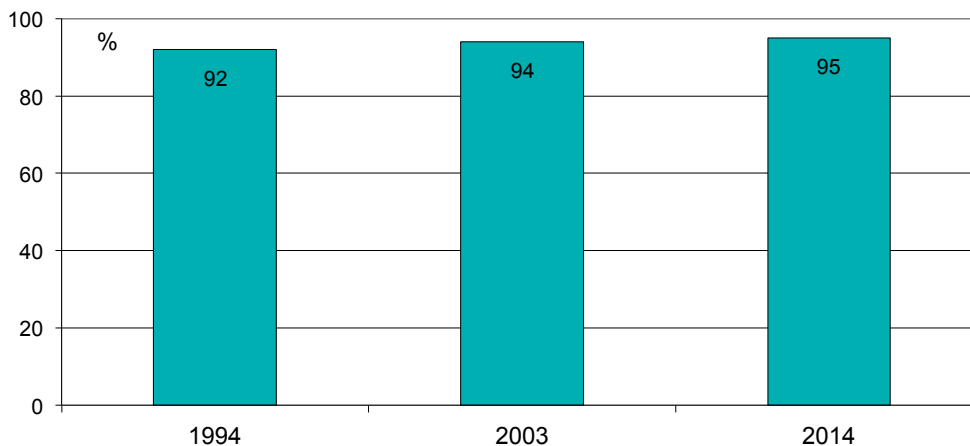


Indikator 2.7: Stillen

Das Stillen hat verschiedene positive Langzeiteffekte auf die Gesundheit der Kinder. Unter anderem sind gestillte Kinder besser vor Infektionen geschützt als ungestillte. Die Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie und die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung empfehlen ausschliessliches Stillen während der ersten (vier bis) sechs Lebensmonate. Beikost kann ab dem fünften schrittweise und sollte ab dem siebten Monat eingeführt werden (SGE 2012, SGE/SGP 2011). Damit weichen die Schweizerischen Empfehlungen geringfügig von denen der WHO ab, die seit 2001 ausschliessliches Stillen während der ersten 6 Monate empfiehlt und Beikost ab dem 7. Lebensmonat.

Auf der Basis von Befragungen junger Mütter konnten in den Jahren 1994, 2003 und 2014 differenzierte Daten zum Stillen in der Schweiz gesammelt werden (vgl. Gross et al. 2015). Aus der folgenden Abbildung wird deutlich, dass nur eine sehr kleine Minderheit aller Kinder in den vergangenen Jahrzehnten überhaupt nicht gestillt wurde. Zudem zeigt die Abbildung, dass sich die Stillprävalenz in den vergangenen Jahrzehnten von 92 auf 95 Prozent erhöht hat. Ausschliesslich gestillt wurden die Kinder im Jahr 2014 im Durchschnitt während 12 Wochen, die gesamte Stilldauer (inkl. zusätzliche Flüssigkeiten und Beikost) betrug 31 Wochen (Medianwerte).

A) Anteil gestillter Kinder 1993, 2003 und 2014



Quelle: SWIFS Studie, Gross et al. (2015). Fallzahlen: 1994: 2098; 2003: 2919; 2013: 1535.

Datenbasis

- Gross, K., A. Späth, J. Dratva, E. Zemp Stutz (2015): SWIFS – Swiss Infant Feeding Study. Eine nationale Studie zur Säuglingsernährung und Gesundheit im ersten Lebensjahr. Basel/Bern: Swiss TPH/BAG.

Seit 1994 wurden insgesamt drei nationale Studien (1994, 2003, 2014) zum Stillen und zur Säuglingsernährung durchgeführt. Die Studien basierten auf der schriftlichen Befragung junger Mütter, die zur Ernährung ihres (aktuellen) Kindes befragt wurden. Es wurden Zufallsstichproben von Personen verwendet, welche bei Mütter- und Väterberatungsstellen gemeldet waren (Fallzahlen: 1994: 2098; 2003: 2919; 2014: 1535).

- Schweizerischen Gesundheitsbefragung (SGB) 2012 des Bundesamtes für Statistik (BFS, eigene Auswertungen).

Die Fragen stammen aus dem schriftlichen Fragebogen, der von über 18'000 Befragten beantwortet wurde. Die Fallzahlen sind deshalb verhältnismässig gering, weil die Frage nur von Personen beantwortet wurde, deren jüngstes Kind zum Zeitpunkt der Befragung unter 15 Jahre alt war.

Die Empfehlungen für das Stillen und die Beikost-einführung finden sich in:

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE)(2012): Ernährung des Säuglings im ersten Lebensjahr. Bern: SGE.

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE)/Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie (SGP)(2011): Einführung der Lebensmittel beim Säugling. Bern: SGE/SGP..

Weitere Resultate

Abbildung B zeigt einen Vergleich verschiedener Arten des Stillens nach Alter des Säuglings für die Jahre 2003 und 2014.

"Ausschliessliches Stillen" bezieht sich dabei auf Kinder, welche nur Muttermilch erhalten, während "volles Stillen" neben der Muttermilch allenfalls zusätzlich Tee oder Wasser umfasst und das ausschliessliche Stillen beinhaltet.

Aus der Abbildung geht hervor, dass fast drei Viertel der Kinder im 1. und 2. Lebensmonat gestillt werden. Zwischen 2003 und 2014 hat vor allem das ausschliessliche Stillen an Bedeutung gewonnen hat, während das "volle Stillen" nur leicht zugelegt hat. Ab dem 7. Lebensmonat nehmen beide Stillformen entsprechend den Empfehlungen stark ab und werden ab dem 10. Lebensmonat bedeutungslos. Weitere Daten zeigen allerdings, dass auch zu jenem Zeitpunkt noch über ein Viertel aller Kinder mindestens einmal pro Tag gestillt wird.

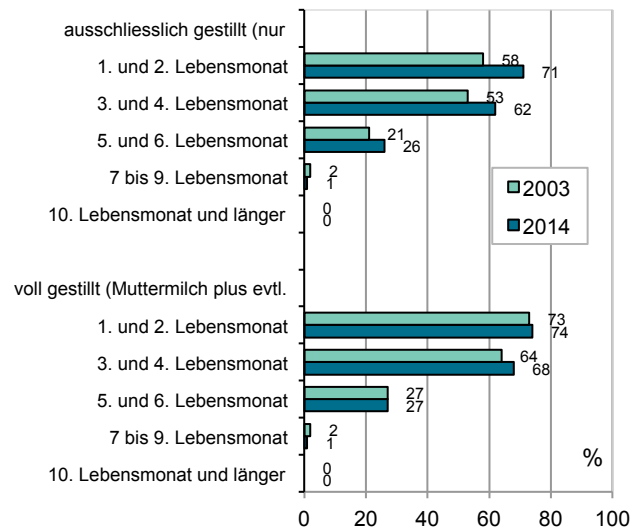
Für das Jahr 2014 zeigt Abbildung C den Zusammenhang zwischen der Stildauer und verschiedenen Merkmalen der befragten Mütter. Aus der Übersicht wird deutlich, dass in der französischen Schweiz im Durchschnitt etwas weniger lang gestillt wird als in den beiden anderen Sprachregionen und dass die Erwerbstätigkeit und das Leben ohne Vater einen deutlichen negativen Effekt auf die Stildauer haben. Dagegen korreliert ein höherer Bildungsstatus der Eltern positiv mit der Stildauer.

Bezüglich der Staatsangehörigkeit der Mütter sind die Unterschiede nicht eindeutig: Frauen aus den Balkanstaaten stillen tendenziell weniger lang, Schweizerinnen nehmen eine Mittelstellung ein und Frauen aus anderen europäischen Ländern stillen tendenziell am längsten.

Interessanterweise korreliert das Ernährungs-bewusstsein negativ mit der Stildauer. Das heisst: Mütter, welche auf ihre Ernährung achten, stillen weniger lang als Mütter, die nicht auf ihre Ernährung achten. Gleichzeitig zeigt der untere Teil der Abbildung, dass übergewichtige und adipöse Frauen ihre Kinder weniger lang stillen als normal- oder untergewichtige Frauen.

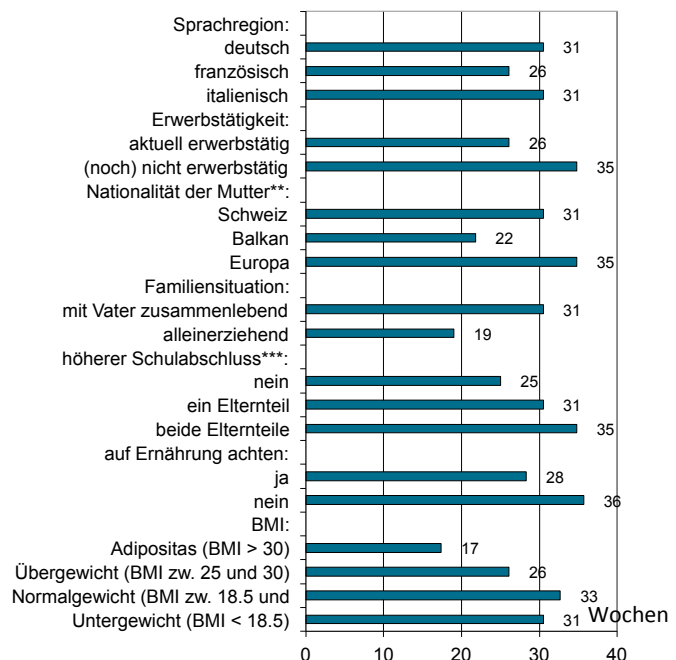
Eine Reihe weiterer, hier nicht dargestellter Merkmale wie etwa das Einkommen oder das Bewegungsverhalten korrelieren dagegen nicht mit der Stildauer.

B) Stillverhalten und Stildauer, Anteil der Säuglinge, die in den entsprechenden Lebensmonaten gestillt wurden, 2003 und 2014 (in Prozent)



Quelle: SWIFS-Studie, Gross et al. (2015). Die Daten stammen aus einem 24-Stunden-Ernährungsprotokoll und geben an, welcher Anteil der Kinder in den jeweiligen Lebensmonaten in den vergangenen 24 Stunden "ausschliesslich" oder "voll" gestillt wurde.

C) Zusammenhang zwischen mittlerer Stildauer (in Wochen)* und verschiedenen Merkmalen der Befragten, 2014



Quelle: SWIFS-Studie, Gross et al. (2015). Fallzahlen: je nach Merkmal zwischen 1102 und 1421. Dargestellt ist die "Totalstildauer", d.h. der Zeitraum, in welchem das Kind Muttermilch und eventuell Tee, Säuglingsmilch oder Beikost erhält. * Medianwerte, d.h. Zeitpunkt, zu dem die Hälfte der Kinder gestillt wurden; ** Bei Müttern von ausserhalb Europas waren die Fallzahlen zu gering für aussagekräftige Angaben; die Resultate wurden daher nicht dargestellt; *** höherer Schulabschluss bezieht sich auf Universität, Fachhochschule oder höhere Berufsausbildung.

Ähnliche Befunde wie in der SWIFS-Studie zeigen sich auch in der Schweizerischen Gesundheitsbefragung (SGB) 2012 des Bundesamts für Statistik (BFS). Hier wurden die Eltern gefragt, ob und wie lange ihre Kinder gestillt wurden. Wie Abbildung D zeigt, sind fast 90 Prozent der jüngsten Kinder gestillt worden. Mehr als die Hälfte der Kinder sind zwischen einem und sechs Monaten, ein knappes Drittel ist länger als ein halbes Jahr gestillt worden. Zudem hat sich der Anteil der stillenden Mütter zwischen 2002 und 2012 gemäss weiteren Analysen kaum verändert.

Die Daten der SGB zeigen überdies, dass ein deutlicher Zusammenhang besteht zwischen dem Stillen des jüngsten und dem Stillen des zweitjüngsten Kindes. Mütter, die ihr zweitjüngstes Kind gestillt haben, taten dies mit grosser Wahrscheinlichkeit auch beim jüngsten Kind.

Die in Abbildung C aufgeführten sozialen Unterschiede lassen sich in der SGB 2012 weniger klar nachweisen als in der SWIFS-Studie, was mit dem unterschiedlichen Forschungsdesign zusammenhängen dürfte.

Die SWIFS-Studie enthält auch Angaben zur sogenannten Beikost Einführung, also der Verabreichung weiterer Nahrungsmittel an die Kinder. Wie Abbildung E zeigt, wurde die Beikost im Jahr 2014 etwas früher abgegeben als noch 2003: Damals erfolgte die Beikost Einführung im Durchschnitt nach 5.5 Lebensmonaten, 2014 bereits nach fünf Monaten. Allerdings war der hier nicht dargestellte Anteil an Kindern, die bereits vor dem fünften Lebensmonat Beikost erhielten 2003 deutlich höher als 2014 (4% vs. 1%).

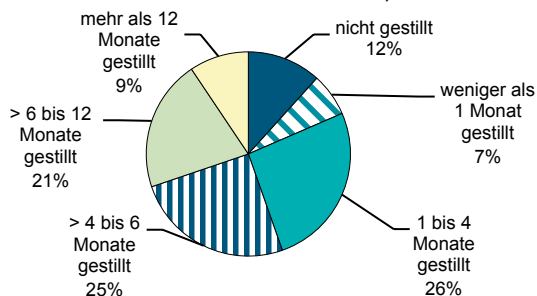
Aus der Abbildung geht überdies hervor, dass in der Regel mit Gemüse und Getreide begonnen wird, während andere Nahrungsmittel in der Regel erst ab dem 7. Lebensmonat dazukommen.

Abbildung F zeigt schliesslich, wann verschiedene Flüssigkeiten im Durchschnitt erstmals verabreicht werden. Auffallend ist in der Abbildung, dass Tee 2014 deutlich später abgegeben wurde als noch 2003, während das Umgekehrte für die Säuglingsmilch gilt.

Weitere Informationen:

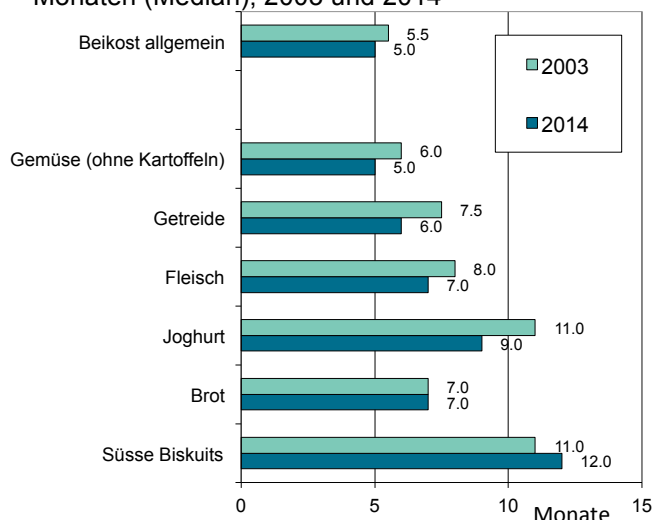
Sutter-Leuzinger, A. (2005): "Stillförderung: Globale Strategien und Umsetzung in der Schweiz". S. 125-132 in: Eichholzer M, Camenzind-Frey E, Matzke A, Amado R, Ballmer P et al. (eds.): 5. Schweizerischer Ernährungsbericht. Bern: BAG.

D) Stillen des jüngsten Kindes, 2012 (in Prozent aller Eltern mit Kindern unter 15 Jahren)



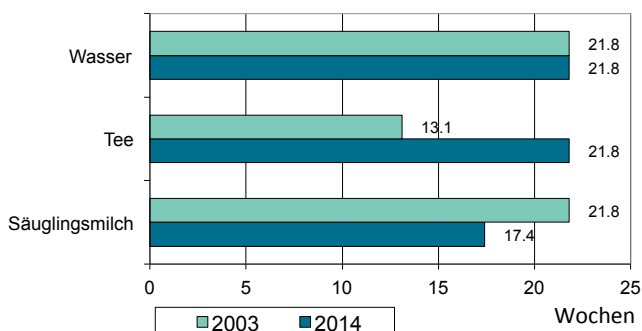
Quelle: SGB 2012 (n=4056). Antworten auf die Fragen: "Ist Ihr jüngstes Kind gestillt worden?" und "Wie lange ist dieses Kind gestillt worden?".

E) Durchschnittliches Alter bei der Beikost Einführung in Monaten (Median), 2003 und 2014



Quelle: SWIFS-Studie, Gross et al. (2015). Fallzahlen: 2003: 2919; SWIFS 2014: 1508. Es wurden nur diejenigen Lebensmittel dargestellt, für die aus beiden Jahren Angaben vorliegen.

F) Flüssigkeitseinführung in Wochen (Median), 2003 und 2014



Quelle: SWIFS-Studie, Gross et al. (2015). Fallzahlen: 2003: 2919; SWIFS 2014: 1508.