

# Aus dem Bauch an die Brust



Ein Treffpunkt zum Erfahrungsaustausch: das Stillcafé.

Foto: Peter Jülich

Von Andrea Rost

**Die Main-Taunus-Kliniken motivieren Mütter zum Stillen. Es ist nicht nur gesund für die Babys, es senkt auch das Risiko für Brust- und Eierstockkrebs der Frauen. 90 Prozent der Mütter stillen.**

Lian strahlt. Gerade noch hat er an der Brust seiner Mutter genuckelt, jetzt sitzt der sechs Monate alte Junge auf dem Schoß von Barbara Apablaza und kokettiert mit der Kamera des FR-Fotografen.

„Eigentlich wollte ich gar nicht so lange stillen. Aber die Hebammen hier haben mich immer wieder neu motiviert, dabeizubleiben“, sagt die Bad Sodenerin. Wie viele andere Frauen kommt Barbara Apablaza seit der Geburt ihres Sohnes regelmäßig ins Stillcafé der Main-Taunus-Kliniken. Sie sucht den Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern,

bekommt Tipps von Stillberaterinnen, die speziell geschult wurden, um den Frauen zur Seite zu stehen.

„Wir beginnen mit der Information übers Stillen schon, wenn sich die Frauen zur Entbindung anmelden“, sagt Christel Fritz. In einer Broschüre, die in der Bad Sodener Klinik an alle werdenden Eltern verteilt wird, ist erklärt, warum Stillen für Mutter und Kind so wichtig ist: Frauen, die ihre Kinder stillen, haben ein geringeres Risiko an Brust- und Eierstockkrebs und an Diabetes Typ II zu erkranken; Babys, die sich von Muttermilch ernähren, entwickeln besser Abwehrkräfte, sind weniger oft krank.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO und Unicef empfehlen, Kinder in den ersten sechs Monaten ausschließlich zu stillen und danach bis ins zweite Lebensjahr teilweise begleitend zur Beikost, sagt Christel Fritz. So gut wie alle Frauen hätten in Bad Soden den Wunsch, ihren Kindern die Brust zu geben. In 90 Prozent der Fälle klappt das auch, erzählt Fritz stolz.

Das Bad Sodener Krankenhaus ist eines von vier babyfreundlichen Krankenhäusern in Hessen. 1300 Kinder werden hier jedes Jahr geboren. „Ich habe mich von Anfang sehr wohl gefühlt“, sagt Tülin Arsiray-Strabel, die ihre Tochter Tuana vor fünf Monaten hier zur Welt gebracht hat. Die junge Mutter, selbst Ärztin, hat sich für Bad Soden entschieden, „weil die Beziehung von Mutter und Kind besonders gut gefördert wird“. Bonding nennen Experten die erste Kontaktaufnahme zwischen Müttern und Babys, die gleich nach der Geburt und in den Tagen und Wochen danach vor allem über die Haut stattfindet. Wenn Bonding richtig gut gelinge, gebe es auch so gut wie keine Probleme mit dem Stillen, weiß Christel Fritz.

Den Frauen empfehlen die Hebammen, gut zu essen und zu trinken und ihre Babys nicht nach einem bestimmten Plan, sondern nach Bedarf zu füttern. Wenn Kinder sich mit dem Saugen schwertun, gibt es Hilfen. Manches Mal wird die Muttermilch sogar mit einem Löffel oder einem Becherchen gefüttert, nicht aber mit der Flasche. „Das geht zu leicht, dann saugen die Babys anschließend nicht mehr richtig an der Brust“, sagt Fritz.

Ins Stillcafé kommen auch Mütter mit größeren Kindern. Heike Wehner zum Beispiel, deren Sohn Lionné fast schon ein Jahr alt ist. Munter krabbelt der Junge über den Boden, zieht sich an einem Stuhlbein hoch. Heike

Wehner gibt Lionné eine Weintraube, die er auch gleich in den Mund steckt. Die Hauptspeise ist für den Einjährigen immer noch Muttermilch. Ich mache mit dem Stillen weiter, so lange es klappt“, sagt Heike Wehner.

## Babyfreundlich

**Eine Fotoausstellung** mit Aussagen von jungen Eltern und Mitarbeitern zum babyfreundlichen Krankenhaus ist noch bis 15. Oktob

**Das Stillcafé** in den Bad Sodener Kliniken ist jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat von 15 bis 17 Uhr geöffnet.

**Bei einem Informationsabend** der Elternschule heute ab 18 Uhr halten die Gynäkologin Birgit Schwestka und Christl Fritz Kurzvor