

## Stillen ist wie tanzen lernen

GEMEINSAM HARMONISCH ÜBERS PARKETT ZU SCHWEBEN BEDINGT AUF EINANDER-EINSTELLEN. WAS FÜR TANGO UND WALZER GILT, IST AUCH DER SCHLÜSSEL ZU ERFOLGREICHEM STILLEN.

Das Stillen erfüllt die Grundbedürfnisse des Säuglings nach Geborgenheit, Wärme, Schutz und Nahrung. Damit dieses erste Einlassen aufeinander positiv erlebt und gelebt werden kann, braucht es Ruhe, liebevolle Geborgenheit und die Gewissheit, eine einfühlsame Hebamme und Kinderschwester zur Seite zu haben. Bestmögliche Voraussetzungen dafür bietet das Eltern-Kind-Zentrum (ELKI) im LKH Klagenfurt. „Als Perinatalzentrum sind wir sehr um familienorientierte Geburtshilfe in allen Bereichen bemüht. Frauen mit unkomplizierter Spontangeburt sind bei uns ebenso gut aufgehoben wie Frauen mit ihren frühgeborenen Kindern oder Wöchnerinnen, die schwer krank auf der Intensivstation liegen“, versuchen Mag. Birgit Münzer, leitende Hebamme, und Mag. Beate Pfeifenberger-Lamprecht, dienstführende Hebamme, mit ihrem Team auf unterschiedlichste Bedürfnisse einzugehen.

Ein Thema, das den Hebammen besonders am Herzen liegt, ist das Stillen. Bereits beim Erstkontakt in der Schwangerenambulanz sowie während der Geburtsvorbereitung wird es gemeinsam mit der jeweiligen Frau besprochen. „Auf Basis ihrer Wünsche informieren und unterstützen wir sie gerne. Wichtig ist uns dabei, ein realistisches wie positives Bild zu zeichnen, ihr aber auch zu sagen, dass das Stillen am Anfang nicht immer ganz leicht sein kann, sich die Mühe aber für Kind und Mutter lohnt. Stillen ist wie tanzen lernen. Man muss sich aufeinander einstellen, sich beim gemeinsamen Probieren Zeit lassen, bis es schließlich klappt“, so Münzer und Pfeifenberger-Lamprecht.

Warum heutzutage viele Frauen Zweifel an der von Natur aus gegebenen Fähigkeit zum Stillen haben, führen die beiden Hebammen anhand einiger Beispiele vor: „Es ist uns die unvoreingenommene Einstellung zum

Stillen abhanden gekommen. In den Medien sehen wir Babys mit Fläschchen, kaum aber an der Brust. Früher haben Frauen alles rund ums Stillen aus den Familien mitgenommen bzw. es dort auch beobachten können, heute fällt das weitestgehend weg. Dazu kommt wohl auch der starke Hang unserer Zeit zu Sicherheitsdenken, Planbarkeit, Unabhängigkeit und Freiheit. Über Geburt und Stillen lässt sich nicht einfach ein vorgefertigter Raster legen, das verunsichert natürlich.“

In Anbetracht dieser Situation gewinnt Stillberatung, wie sie im ELKI praktiziert wird, zunehmend an Relevanz. So gehört es zur täglichen Routine, Frauen, so sie es annehmen können, die Wichtigkeit des Stillens bewusst zu machen, sie dahingehend zu motivieren. „Dafür bleiben uns im Normalfall nur drei Tage. Durch gemeinsame Betreuung von Mutter und Kind versuchen wir, die jeweils optimale Lösung für beide zu finden. Ein absolu-

tes Richtig oder Falsch gibt es dabei nicht, es muss immer wieder angepasst werden“, erklären Mag. Beate Pfeifenberger-Lamprecht und Mag. Birgit Münzer.

Im Zuge der wohlwollenden pädagogischen Unterstützung während der kurzen Zeit im ELKI wird auch auf die krankenkassenbezahlte Nachsorgemöglichkeit aufmerksam gemacht, bzw. diese bereits eingeleitet. Niedergelassene Hebammen stehen den Frauen nach dem Krankenhausaufenthalt teilweise kostenlos mit Rat und Tat zur Seite. Ist die Zeit im ELKI vorüber, erhalten die Frauen beim Entlassungsgespräch unter anderem die Hotline-Nummer (0463) 538-39740. Ein klärendes Gespräch, ein rascher Tipp helfen bekanntlich leichter über die nächste Hürde.

Um in der Geburtshilfe allen Herausforderungen Genüge tun zu können, ist höchste Professionalität gefragt, die immer wieder auf den aktuellen Stand der geltenden Lehrmeinung gebracht wird. [www.lkh-klu.at](http://www.lkh-klu.at)



STILLEN IST EIN GEMEINSAMES VERGNÜGEN, FÜR DAS FRAU SICH ZEIT LASSEN SOLLTE.



MAG. B. MÜNZER UND MAG. B. PFEIFENBERGER-LAMPRECHT HELFEN GERNE DABEI.