

## Patienteninformation

B.E.St®- Richtlinien –  
Department für Frauengesundheit Tübingen

Ärztliche Direktoren  
Prof. Dr. med. D. Wallwiener  
Prof. Dr. S. Brucker

Calwerstraße 7  
72076 Tübingen  
Tel. 07071/29-8 26 81  
Fax 07071/29- 53 81

[www.uni-frauenklinik-tuebingen.de](http://www.uni-frauenklinik-tuebingen.de)

Liebe Eltern, liebe Besucher,

Im Mutter-Kind-Zentrum der Universität Tübingen kommt dem Stillprozess eine hohe Bedeutung zu. In der Geburtshilflichen Abteilung der Universitäts-Frauenklinik Tübingen gewährleistet ein etabliertes Qualitätsmanagementsystem seit Jahren die optimale Betreuung der stillenden Mutter und Ihres Kindes. Unterstützend wirken die schriftlichen B.E.St®-Richtlinien, sowie die Einhaltung des WHO-Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten. B.E.St® steht für Bindung – Entwicklung und Stillen. Durch einen gelungenen Bindungsaufbau und eine frühe Beziehung wird die geistige, soziale und körperliche Entwicklung des Kindes gefördert und sein Immunsystem gestärkt. Eine stabile Bindung lässt Mutter und Kind entspannt und unterstützt die Milchbildung.

Sollten Sie ihr Kind nicht stillen können, werden Sie in die individuelle Flaschenernährung (körpernahes Füttern) eingewiesen. In der Beratung wird dabei auf den Prozess der Bindung zwischen Eltern und dem Kind besonders eingegangen. Die B.E.St®-Richtlinien legen dem Still- und Laktationsmanagement zehn wichtige Schritte zugrunde:

### **Schritt 1: Mutter und Kind werden in unserem Zentrum stets von geschultem Personal betreut.**

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern arbeiten auf der Grundlage der B.E.St®-Richtlinien. Dieser hohe Standard wird durch regelmäßige Schulungen und Visitationen sichergestellt, um eine homogene und professionelle Stillbegleitung in unserem Mutter-Kind-Zentrum zu gewährleisten.

### **Schritt 2: Das gesamte Mitarbeiter-Team wird in Theorie und Praxis so geschult, dass es die B.E.St®-Richtlinien umsetzen kann**

Den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Departments für Frauengesundheit Tübingen ist die Bedeutung des Stillens bekannt. Sie haben die Kenntnisse und Fähigkeiten die B.E.St®-Richtlinien umzusetzen. Diese sind auch Bestandteil bei der Einarbeitung neuer Mitarbeiter. In unserem Zentrum arbeitet Personal mit einer speziellen Weiterbildung zur Internationalen Still- und Laktationsberaterin (IBCLC).

### **Schritt 3: Allen schwangeren Frauen werden in die Bedeutung der Muttermilch und die Praxis des Stillens eingeführt**

Kommen schwangere Frauen mit unserem Mutter-Kind-Zentrum in Kontakt, sprechen wir mit Ihnen über die Bedeutung und Praxis des Stillens, und sie erhalten ein Übersichtsblatt, welches ihnen den Zugang zu unseren Informationsbroschüren ermöglicht. Sie finden unter anderem Informationen zur folgenden Themen:

- Bedeutung des Stillens für Mutter und Kind
- Stillzeichen des Kindes

- Anlegen und Stillpositionen
- Stillrhythmus
- Clusterfeeding
- Stillen und Allergien
- Information zur Empfehlung der WHO zur Stilldauer (6 Monate ausschließliches Stillen, weiterstillen bei adäquater Beikost bis zu 2 Jahren und darüber hinaus, solange es Mutter und Kind möchten).

Informiert wird auch über:

- Die Bedeutung des Hautkontaktes
- Die Bedeutung des Rooming-in
- Die Bedeutung des Stillens nach Bedarf
- Die Sicherstellung einer ausreichenden Milchmenge
- Die besondere Bedeutung von Muttermilch für Frühgeborene
- Die besondere Bedeutung von Kolostrum

**Schritt 4: Den Müttern ermöglichen, unmittelbar ab Geburt ununterbrochen Hautkontakt mit ihrem Baby zu haben, mindestens eine Stunde lang oder bis das Baby das erste Mal gestillt wurde.**

Stillen ist ein wichtiger Teil der Eltern-Kind-Bindung. Durch vielfältige Maßnahmen fördern wir einen intensiven Mutter-Kind-Kontakt von Anfang an. Ein Beispiel ist der intensive Hautkontakt, z.B. im Rahmen des Bondings nach der Geburt.

Sowohl bei vaginaler Geburt als auch bei einem Kaiserschnitt ohne Vollnarkose sollen Sie unmittelbar ab der Geburt mindestens eine Stunde ungestört und kontinuierlichen Hautkontakt mit Ihrem Kind haben. Es soll primär die Möglichkeit haben, allein die Brust zu finden und zu erfassen. Wenn immer möglich, werden Sie und ihr Kind vor dem ersten Stillen nicht getrennt und – soweit als möglich - nicht gestört. Routinemaßnahmen wie z.B. Wiegen und Messen erfolgen untergeordnet. Es wird Ihnen empfohlen ihr Kind vorrangig durch Hautkontakt zu beruhigen und auf diese Weise mit ihm gemeinsam zu ruhen. Die Anweisungen zum sicheren Schlafen von Kindern werden Ihnen erläutert und sollen Beachtung finden.

**Schritt 5: Es wird den Müttern das korrekte Anlegen gezeigt und ihnen erklärt, wie sie ihre Milchproduktion aufrechterhalten können, auch im Falle einer Trennung von Ihrem Kind.**

Der Stillprozess wird in unserem Mutter-Kind-Zentrum ständig begleitet. Innerhalb der ersten sechs Stunden erhalten Sie daher Hilfe beim Anlegen ihres Kindes. Besondere Beachtung finden:

- Das korrekte Anlegen
- Die Brustmassage
- Das Entleeren der Brust von Hand
- Das Abpumpen (nur wenn erforderlich)
- Das Sammeln und Aufbewahren von Muttermilch
- Das Erkennen von Stillzeichen ihres Kindes
- Mindestens 3 unterschiedliche Stillpositionen

In jedem Fall wird die individuelle Situation von Mutter und Kind berücksichtigt. Eine Stillvisite wird regelmäßig durchgeführt und dokumentiert.

**Schritt 6: Neugeborenen Kindern werden weder Flüssigkeiten noch sonstige Nahrung zur Muttermilch gegeben. Eine Ausnahme sind gesundheitliche Gründe und bei ärztlicher Anordnung.**

Gesunde Neugeborene benötigen zur Ernährung ausschließlich Kolostrum oder Muttermilch. D.h. gestillte Kinder bedürfen bei regelrechtem Stillprozess keiner Zufütterung. Sollten Sie - aus welchen Gründen auch immer - nicht stillen können, müssen Sie keinerlei Stigmatisierung befürchten. Sie werden in diesem Fall liebevoll einzeln in die Vorbereitung und den Gebrauch von künstlicher Säuglingsnahrung eingewiesen. Es ist uns besonders wichtig zu vermitteln, dass eine Ernährung Ihres Kindes mit

der Flasche einer bewussten Körpernähe bedarf. Sie lernen daher „Mit Nähe dem Baby die Flasche zu geben“. Zudem erhalten Sie eine Anleitungen zur Flaschenernährung Ihres Kindes in schriftlicher Form.

### **Schritt 7: Wir praktizieren 24-Stunden Rooming-in und bieten Familienzimmer an.**

Es ist eine langjährige Tradition unseres Hauses, dass Mutter und Kind nach der Geburt möglichst nie getrennt werden. Das Rooming-In beginnt daher im Kreißsaal. Dies gilt auch für Frauen nach Kaiserschnitt. Die Grundlage dazu bildet das „Tübinger Wochenpflegemodell“. Unterbrechungen erfolgen nur bei Maßnahmen, die im Patientenzimmer nicht vorgenommen werden können, wie z.B. Sonographie, die Entlassuntersuchung oder aus gesundheitlichen Gründen von Mutter und Kind.

### **Schritt 8: Es wird zum Stillen nach Bedarf der Mutter und des Kindes, sowie zum Füttern nach Bedarf des Kindes ermuntert.**

Sie werden zum Stillen nach Bedarf aufgeklärt. Die Häufigkeit und Dauer der Stillmahlzeiten werden nicht eingeschränkt. Wir raten Ihnen zu stillen so oft Ihr Kind hungrig ist und angelegt werden möchte. In den ersten 24 Stunden sollte Ihr Kind ca. 6-8 mal und häufiger trinken. Ab dem 2. Tag sollte dies schon mindestens 8-12 mal/24 Stunden geschehen. Wir informieren Sie zum Cluster Feeding und Sie werden ermuntert ihr Kind liebevoll zu wecken und es anzulegen, wenn es zu lange schläft. Dies ist besonders schwierig, da sich jede Mutter nach der anstrengenden Geburt freut, wenn ihr Kind länger schläft. Hier gilt es aber eine gute Balance zu finden, um das Stillen und die Bindung zu fördern. Sie lernen die Stillzeichen ihres Kindes zu erkennen. Wir raten Ihnen auch dann Ihr Kind anzulegen, wenn Ihre Brust spannt.

### **Schritt 9.1: Gestillten Kindern wird kein künstlicher Sauger gegeben.**

Bewusst verzichten wir auf die Routineanwendung eines Schnullers nach der Geburt. Sie bekommen diesen daher von unserem Personal nicht regelhaft angeboten. Wir werden Sie gerne zur Verwendung und den Einfluss von Beruhigungssaugern, Brusthütchen oder Saugfläschchen bezogen auf den Stillprozess beraten. Ihr informierter Wunsch hat dabei stets oberste Priorität.

Sollte der Stillprozess eine Zufütterung von Formulanahrung erfordern, bevorzugen wir im Hinblick auf die Empfehlung der WHO alternative Füttermethoden, wie z.B. das Bechern. Sollte das Saugen an der Brust für Ihr Kind anfangs schwierig sein, kann aus therapeutischer Sicht das „Brustfeeding“ oder „Fingerfeeding“ durchgeführt werden.

### **Schritt 9.2: Die Mütter werden auf die verschiedenen Möglichkeiten, das Kind zu beruhigen, hingewiesen**

Wir haben in der Regel ein gutes intuitives Gefühl, wie wir unsere Kinder beruhigen können. Dies kann durch Anleitung und Information gefördert werden. Es ist daher wichtig, dass Sie folgende Punkte bei der Beruhigung Ihres Kindes verinnerlichen:

- Die Bedeutung des Körperkontaktes mit dem Kind
- Die Bedeutung Körperkontakt nachzuholen (Rebonding)
- Das Tübinger Pucken
- Die Rolle des Vater
- Die Interpretation von Stillzeichen. Beispielsweise ist ein hohes Saugbedürfnis nicht immer gleich mit Hunger des Kindes gleichzusetzen.
- Alternativen zum Beruhigungssauger, wie z.B. das Saugen am Finger von Mutter/Vater

## **Schritt 10: Die Mütter werden auf Stillgruppen hingewiesen.**

Wir unterstützen Sie bei der Herstellung eines Kontaktes zu einer Hebamme, wenn Ihnen das im Vorfeld nicht gelungen ist. Informationen zu Stillgruppen finden Sie auf unserer Homepage. Der Flyer „Elterninformation“ gibt weitere Auskünfte. Zudem werden Sie auf die Angebote der aktuellen Mutter-Kind-Gruppen hingewiesen. Bei Still- und Laktationsproblemen, die sich nicht in Ihrem häuslichen Umfeld lösen lassen, steht Ihnen das Angebot unserer Stillambulanz zur Verfügung. Hier arbeiten wir eng mit den freiberuflichen Hebammen zusammen.

## **Einhaltung des Kodexes zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten**

Der „Internationale Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten“ sowie die sich darauf beziehenden Weltgesundheitsversammlung-Folgeresolutionen werden eingehalten. Jede Art von Muttermilchersatzprodukten einschließlich Spezialfertiernahrung für Säuglinge, sowie Flaschen und Saugern entspricht dem üblichen Großhandelspreis. Es werden keine besonderen Rabatte für diese Produkte in unserem Haus in Anspruch genommen.

Im Department für Frauengesundheit Tübingen besteht ein Verbot folgender Punkte:

- Das Ausstellen von Plakaten und anderem Material von Herstellern oder Händlern von Muttermilchersatzprodukten, Flaschen, Saugern und Schnullern oder irgendwelches anderes Material, das der Verwendung diese Produkte Vorschub leistet
- Der direkte oder indirekte Kontakt von Angehörigen dieser Firmen mit Schwangeren oder Müttern
- Die Verteilung von Proben oder Geschenkpaketen mit Muttermilchersatzprodukten, Flaschen oder Saugern oder Werbematerial für diese Produkte an Schwangere, Mütter oder andere Familienmitglieder
- Die Annahme von Geschenken (einschließlich Lebensmitteln), Literatur, Materialien oder Apparaten oder Unterstützung für Fortbildungen oder Veranstaltungen für Schwangere und Wöchnerinnen von diesen Herstellern oder Händlern
- Einweisung in die Zubereitung von künstlicher Säuglingsnahrung nur für betroffene Mütter. Das schließt ein, dass es keine Gruppenunterweisung zur Flaschenernährung gibt.
- Annahme von kostenlosen oder verbilligten Muttermilchersatzprodukten oder Waren.