

## Die internationale Stillumfrage von Lansinoh

August 2015

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) versteht das Stillen als die „natürliche Art ein Baby mit allen Nährstoffen zu versorgen, die es für ein gesundes Wachstum und eine altersgemäße Entwicklung braucht.“ Die WHO empfiehlt ausschließliches Stillen in den ersten 6 Monaten, gefolgt von Beikost unter dem Schutz des Stillens und eine Gesamtstilldauer von 24 Monaten und darüber hinaus.

Frauen sind sich weltweit über die Vorteile des Stillens für Mutter und Kind bewusst. Sowohl für das Baby als auch für die Mutter beugt das Stillen einer Reihe von Krankheiten vor, fördert die Rückbildung und verringert das Risiko für weiblich assoziierte Krebserkrankungen.

Im Rahmen der internationalen Stillumfrage hat Lansinoh 13.348 Mütter und Schwangere aus 10 Ländern zu ihren Einstellungen und ihrem Stillverhalten befragt.

### **Stillen ist das Beste für Mutter und Baby**

Nahezu alle befragten Mütter (96 Prozent) wissen, egal ob sie planen zu stillen oder nicht, dass Stillen der beste Weg ist, ihr Baby zu ernähren.

Es gibt zahlreiche gute Gründe sich für das Stillen zu entscheiden. Mit 88 Prozent sind für die meisten Mütter die gesundheitlichen Vorteile für das Baby ausschlaggebend. 11 Prozent der französischen Mütter gaben an zu stillen, um eine enge Bindung zu ihrem Baby aufzubauen, in Deutschland sind das 6 Prozent. Weitere 6 Prozent der deutschen Mütter meinten, die gesundheitlichen Vorteile für die Mutter wären ihnen am wichtigsten.

### **Stilldauer**

Auch wenn Mütter wissen, wie wichtig Muttermilch für die Gesundheit ihres Babys ist, stillen viele Frauen nicht so lange, wie sie es sich vorgenommen hatten. Fast die Hälfte der befragten Frauen weltweit sagte, dass eine Stilldauer von 6-12 Monaten das Beste für ihr Kind ist. Nur 42 Prozent erreichten dieses Ziel jedoch tatsächlich.

In den USA ist der Unterschied zwischen Vorsatz und Realität am größten: 42 Prozent gaben an, dass eine Stilldauer von 6-12 Monaten ideal ist, während lediglich 29,5 Prozent es tatsächlich schaffen, so lange zu stillen.

Beikostbegleitend nach 6 Monaten stillen weltweit nur noch 61,7 Prozent.

In China nehmen sich 77 Prozent der Mütter vor, länger als 6 Monate zu stillen, und immerhin 65,5 Prozent erreichen dieses Ziel tatsächlich. Jede sechste Chinesin stillt sogar länger als 12 Monate. Spitzenreiter im Sinne der von der WHO empfohlenen

Gesamtstilldauer bleibt in dieser Umfrage die Türkei. Hier sind es 81 Prozent die länger als 6 Monate stillen möchten und 68 Prozent erreichen dieses Ziel. Jede dritte Türkin stillt sogar länger als 12 Monate.

### Deutschland – ideale und tatsächliche Gesamtstilldauer

Monatsangabe	0-3	3-6	6-12	12-24	24+	Gar nicht
Wie lange sollte ein Baby idealerweise gestillt werden?	6,1 Prozent	34,4 Prozent	41,3 Prozent	14,0 Prozent	2,3 Prozent	1,9 Prozent
Wie lange haben Sie gestillt oder wie lange haben Sie vor zu stillen?	15,4 Prozent	34,0 Prozent	36,1 Prozent	12,4 Prozent	2,0 Prozent	0,0 Prozent

### Ausschließliches Stillen in den ersten sechs Monaten

In den ersten sechs Monaten wird ausschließliches Stillen empfohlen, das heißt kein Zufüttern mit Muttermilchersatznahrung, keine zusätzliches Wasser oder Tee. In der Realität erreichten 27 Prozent der Mütter ihr Ziel für 6 Monate (einige wenige auch mehr) **ausschließlich** zu stillen. Weitere 28 Prozent schafften es für 4-6 Monate ihr Kind ausschließlich mit Muttermilch zu versorgen. Realität und Erwartungen für ausschließliches Stillen liegen in Deutschland näher zusammen: 36,1 Prozent der Mütter nahmen sich vor 4-6 Monate ausschließlich zu stillen, 32,1 Prozent erreichten dieses Ziel.

Für mehr als die Hälfte aller Mütter ist der Grund mit dem Stillen aufzuhören das Alter ihres Babys. Wenn das Kind über ein Jahr alt ist, ist für die meisten Schluss. In westlichen Ländern wie den USA und den befragten europäischen Länder gab die Mehrheit der Frauen (jeweils um die 30 Prozent) an, mit dem Stillen aufzuhören, weil sie nicht genug Milch haben. In den südamerikanischen Ländern, in China oder der Türkei ist das Thema Milchmenge hingegen zweit- oder sogar drittrangig.

### Sorgen und Herausforderungen

Frauen, die stillen oder es vorhaben, sehen sich einer Reihe von Sorgen und Herausforderungen gegenüber. Schmerzen beim Stillen zu ertragen, ist weltweit die größte Herausforderung für Mütter (21 Prozent). Das sehen auch Frauen in Deutschland so (19 Prozent).

Mitten in der Nacht aufstehen zu müssen (19,6 Prozent), die ungeahnte Häufigkeit der Stillmahlzeiten (14,3 Prozent) und das Stillen erst einmal erlernen zu müssen (10,6 Prozent), dies sind wahr gewordene Befürchtungen die Mütter weltweit beschäftigen.

Sehr ähnlich auch wieder in Deutschland: 12 Prozent meinten, dass die Länge und die Häufigkeit des Stillens eine unerwartete Herausforderung seien. Erfreulicherweise war Deutschland im Vergleich das Land mit der größten Gruppe an Frauen (14 Prozent), die das Stillen **nicht** als Herausforderung empfanden. Möglicherweise weil die nicht seltene Teilnahme an Geburtsvorbereitungskursen eine Vorahnung auf die Stillzeit und damit einen Wissensvorsprung im Umgang mit Stillhürden geben konnte.

### **Stillen in der Öffentlichkeit**

Unabhängig von der nationalen Herkunft sieht die Mehrheit der befragten Frauen das Stillen in der Öffentlichkeit als **absolut natürlich** an (38,2 Prozent) oder bezeichnet es fatalistisch als eben **unvermeidbar** (26,1 Prozent). Nur in der Türkei (23,1 Prozent) sagte eine im internationalen Vergleich abweichend große Anzahl an Müttern, dass Stillen in der Öffentlichkeit sei **falsch**. Im Gegensatz dazu sind beispielsweise nur 4 Prozent der deutschen und 1,7 Prozent der brasilianischen Frauen dieser Meinung.

**In Deutschland sind die Zahlen im Vergleich zum letzten Jahr leicht gestiegen: 2014 gaben 44 Prozent an, dass Stillen in der Öffentlichkeit absolut natürlich sei, während es 2015 schon 47,9 Prozent sind.**

Nur weil viele das Stillen in der Öffentlichkeit als natürlich ansehen, heißt das noch nicht, dass Mütter, die es auch tatsächlich tun, nicht trotzdem verlegen dabei sind. Von den befragten Müttern sagen 32,3 Prozent, dass das Stillen in der Öffentlichkeit peinlich sei. Dies trifft für eine noch größere Anzahl von Müttern aus China (45,9 Prozent) und Frankreich (44,6 Prozent) zu. Aber aus völlig unterschiedlichen Gründen: Während in Frankreich so wenig und so kurz gestillt wird, das eine stillende Frau in der Öffentlichkeit höchst selten gesichtet wird und die Vorstellung dessen einfach selten peinlich anmutet, sind es in China viele Frauen, die lange und entsprechend ältere Kindern stillen. Hier entsteht in dieser Gruppe eine Scham gegenüber einer gesellschaftlich besser gestellten Bevölkerungsschicht, die es sich leisten kann, weniger lange zu stillen und zuzufüttern. Stillen in China hat gewissermaßen ein Imageproblem, das Europa und Amerika gerade versuchen wieder abzuschütteln. Deutsche Frauen empfinden beim Stillen in der Öffentlichkeit weit weniger Scham: nur 16,5 Prozent empfinden Stillen in der Öffentlichkeit als peinlich.

Universell gilt: Jung sein und zum ersten Mal schwanger, das beides spricht gegen eine natürliche Einstellung zum Stillen in der Öffentlichkeit. Insgesamt empfinden 41,5 Prozent der Frauen, die zum ersten Mal schwanger sind, das Stillen in der Öffentlichkeit als peinlich. Um so mehr Kinder, um so gelassener wird die Einstellung weltweit dazu.

Eine weitere Herausforderung für Frauen, die ihr Kind in der Öffentlichkeit stillen wollen, sind Kritik oder Vorurteile von Menschen aus ihrer Umgebung. Ob eine stillende Mutter öffentlicher Kritik ausgesetzt war, hängt stark von ihrer Herkunft ab. Frauen in Brasilien (47,5 Prozent) und Kanada (41,8 Prozent) müssen häufiger mit Vorurteilen umgehen als Frauen in China (9,7 Prozent) oder in Großbritannien (17,7 Prozent). Zu

beachten ist dabei, dass 38,3 Prozent der chinesischen Mütter noch nie in der Öffentlichkeit gestillt haben.

**Deutsche nicht gerade tolerant: Ein Viertel der Mütter in Deutschland wurde schon einmal für das Stillen in der Öffentlichkeit kritisiert oder hat Vorurteile bemerkt.**

### **Öffentliche Orte, an denen laut Umfrage das Stillen für Mütter schwierig ist:**

- Auf Reisen (Bus, Flugzeug, Auto, etc.) - 30,6 Prozent
- Während des Einkaufs (Supermarkt, Einkaufszentrum) - 26,8 Prozent
- Auf der Arbeit (Büro, Bibliothek, Seminarraum) - 14,4 Prozent

Allein amerikanische Mütter nannten das Stillen auf einer Toilette unter den Top 3 der anstrengendsten Stillorte. Das ist in gewisser Weise widersprüchlich, da amerikanische Mütter zu einem hohen Prozentsatz sagen, Stillen in der Öffentlichkeit sei absolut natürlich (67! Prozent) oder unvermeidbar (19 Prozent). Demzufolge müsste sich keine Mutter in den USA genötigt fühlen, auf der Toilette zu stillen.

Jeweils knapp ein Viertel der Mütter in Deutschland empfanden das Stillen auf Reisen (24 Prozent) und während des Einkaufs (24 Prozent) als besonders anstrengend.

### **Langzeitstillen**

Allgemein sind Mütter weltweit davon überzeugt, dass das Stillen in der Öffentlichkeit natürlich ist – es sei denn, das Baby hat ein gewisses Alter erreicht. Der erste Gedanke, der fast 40 Prozent aller befragten Mütter kommt, wenn sie ein zweijähriges Kind sehen, das in der Öffentlichkeit gestillt wird, ist, dass das Kind zu alt ist, um noch gestillt zu werden. Auch die Mehrheit (51,4 Prozent) der deutschen Frauen denken so.

Andererseits sind auch 32,4 Prozent der Frauen der Meinung, dass eine Mutter, die ihr zweijähriges Kind in der Öffentlichkeit stillt, ein gutes Vorbild ist, nur für sie persönlich sei eine Stillzeit von 2 Jahren doch zu lang. Genauso denken in Deutschland ein Viertel der Frauen. In Brasilien hingegen sagten 48,1 Prozent der Befragten, dass jede Mutter das Ziel haben sollte, solange zu stillen.

### **Unterstützung durch Partner und Familie**

Das Stillen kann für Mütter mit ihrem ersten Baby eine überwältigende Erfahrung sein. Die Unterstützung durch Familie und Hebammen oder Stillberaterinnen ist wichtig, um Unsicherheiten zu überwinden. Mehr als 62 Prozent der befragten Mütter weltweit sagten, dass ihre Hebamme oder Stillberaterin sie dabei unterstützte sich beim Stillen sicherer zu fühlen und erste Probleme zu überwinden. Dies trifft für jeweils über 71 Prozent der befragten Frauen in den USA, Mexiko und Kolumbien zu. In Deutschland fühlten sich nur 58,7 Prozent gut unterstützt. 17 Prozent meinten, sie hätten anfangs

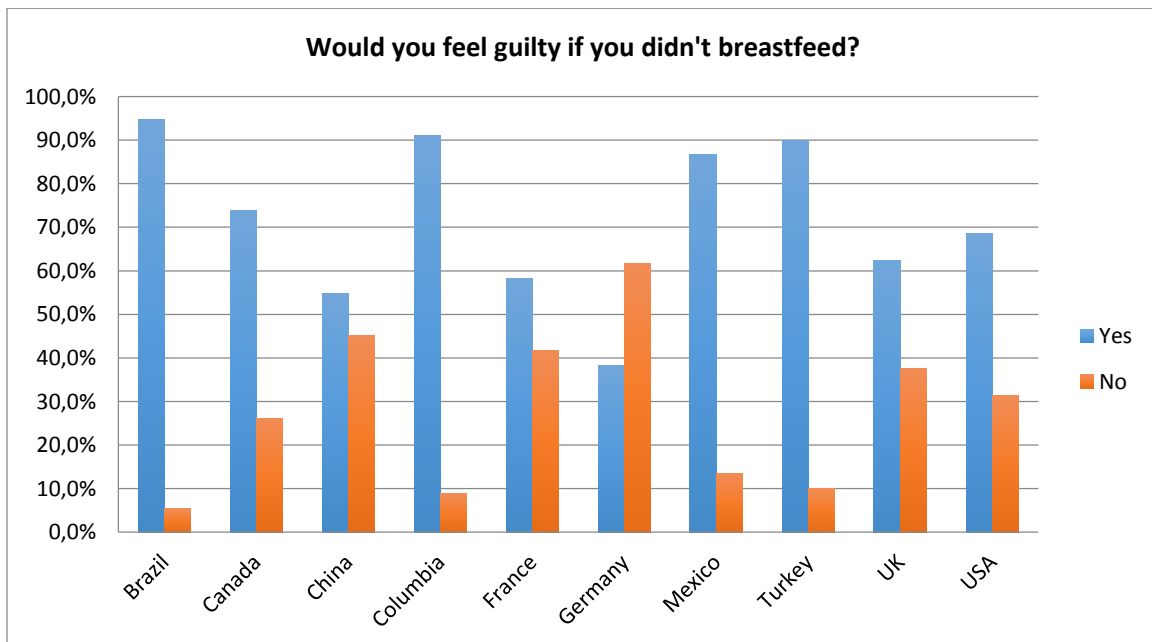
Stillprobleme gehabt, die nicht ausreichend gut durch Fachpersonen betreut worden wären.

Insgesamt gaben weltweit fast 14 Prozent der befragten Frauen zu, mit Umfang oder Art der Stillunterstützung durch ihre Hebamme oder Stillberaterin nicht zufrieden zu sein. Nach Ländern sieht das Ergebnis so aus: Frankreich (21,9 Prozent), Kanada (19,7 Prozent), UK (17,3 Prozent), Deutschland (16,7 Prozent), China (14,4 Prozent), USA (13 Prozent) und Türkei (11 Prozent).

Während Unterstützung durch die Familie von Vorteil sein kann, ist es kein entscheidender Faktor für oder gegen das Stillen. 73,5 Prozent der befragten Frauen gaben an, dass sie das Stillen nicht aufgeben würden, auch wenn sie keine Unterstützung von ihrem Partner oder der Familie bekämen. 13 Prozent würden das Stillen ohne familiäre Unterstützung aufgeben, während 13,6 Prozent nicht sicher waren, was sie in diesem Fall täten. Frauen hier in Deutschland sehen das ähnlich, 75 Prozent würden das Stillen nicht aufgeben.

### Schlechtes Gewissen nicht stillender Mütter?

Die Anzahl der Frauen, die sich als schlechte Mutter fühlen würden, wenn sie nicht stillten, variiert weltweit stark. In Brasilien und Kolumbien beispielsweise würden sich mehr als 91 Prozent der Mütter mit einem schlechten Gewissen plagen. Sogar in Deutschland – dem einzigen Land im internationalen Vergleich, in welchem sich die Mehrheit **nicht schuldig** fühlt, wenn sie nicht stillen würden – geben immer noch mehr als ein Drittel an, sie hätten das Gefühl eine schlechte Mutter zu sein, wenn sie nicht stillen.



## **Milchpumpen**

Um das Stillen trotz aller Herausforderungen zu meistern und eine lange Stillzeit zu ermöglichen, nutzen viele Mütter eine Milchpumpe. So können kurze Zeiten der Trennung von Mutter und Kind überbrückt und das Baby trotzdem mit Muttermilch versorgt werden.

Mehr als 64 Prozent der Befragten gaben an, abpumpen zu wollen. 26,5 Prozent wollen nach Bedarf abpumpen, 21 Prozent planen regelmäßig abzupumpen (mehr als 15-mal pro Woche) und 17 Prozent gelegentlich (5-15-mal pro Woche).

Mütter aus den USA und Kanada gaben mit 88 Prozent und 85 Prozent am häufigsten an, dass sie planen abzupumpen. Auch 77,9 Prozent der deutschen Mütter planen abzupumpen.

## **Muttermilch spenden**

Die Meinungen über Muttermilchspenden an Milchbanken oder über private Kanäle sind geteilt. 37,6 Prozent der befragten Mütter würden ihre Muttermilch an Muttermilchbanken oder direkt an eine andere Mutter spenden. 33,4 Prozent könnten sich eine Muttermilchspende überhaupt nicht vorstellen.

Im internationalen Vergleich sind Frauen in Brasilien (56 Prozent) und Kolumbien (49,9 Prozent) eher dazu bereit, ihre Muttermilch zu spenden.

Die Mehrheit deutscher Frauen kann sich vorstellen Muttermilch entweder an Frauenmilchbanken oder von Mutter zu Mutter (23,8 Prozent), an offizielle Frauenmilchbanken in Krankenhäusern (23,3 Prozent) oder an eine enge Freundin oder Familienmitglieder (9,4 Prozent) zu spenden. 38,8 Prozent können sich überhaupt nicht vorstellen, ihre Muttermilch zu spenden.

---

## **Umfrage-Informationen**

Lansinoh Laboratories Inc., der weltweit führende Hersteller von Stillprodukten und Zubehör, hat bei der dritten jährlichen Stillumfrage mehr als 13.000 Mütter aus 10 Ländern - Brasilien, Kanada, China, Kolumbien, Frankreich, Deutschland, Mexiko, Türkei, Vereinigtes Königreich und USA - befragt und einen internationalen Überblick zu Einstellungen und zum tatsächlichen Stillverhalten erhalten. Befragt wurden Frauen zwischen 18 und 45 Jahren, die schwanger waren oder mindestens ein Kind haben, das jünger als zwei Jahre ist.

## Über Lansinoh

Lansinoh fühlt sich mit Familien verbunden, die sich für das Stillen ihrer Babys entschieden haben. Gemäß den Leitlinien der WHO Unicef und der Nationalen Stillkommission in Deutschland tragen wir mit richtigen Informationen zum Stillen und stillfreundlichen Produkten dazu bei, die Raten und die Dauer erfolgreichen Stillens zu verlängern.

**Lansinoh empfiehlt das ausschließliche Stillen in den ersten sechs Monaten. Stillen unterstützt wesentlich die starke Bindung zwischen Mutter und Kind.**

Wir sprechen uns für die Einführung von Beikost unter dem Schutz des Stillens in den Folgemonaten aus und unterstützen das Stillen des Kleinkindes, solange Mutter und Kind es wünschen. Lansinoh respektiert die vielen unterschiedlichen Lebensmodelle von Müttern und ermutigt sie, ihre individuellen Stillziele zu erreichen. Mit unseren Produkten beantworten wir die alltäglichen Herausforderungen und individuellen Bedürfnisse jeder Mutter, damit Babys länger gestillt werden können. Mit der Einführung innovativer Premiumprodukte für die Kleinkindernährung und zertifizierter Naturkosmetik für Babys begleiten wir Mütter auf ihrem Weg durch eine zufriedene Stillzeit und darüber hinaus.

### Kontakt

**Lansinoh Laboratories Inc.**  
Sybille Neuß (PR Managerin)  
Bayerischer Platz 1  
10779 Berlin  
Tel: 030/2196162-31  
[sybille.neuss@lansinoh.de](mailto:sybille.neuss@lansinoh.de)