



**Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg**  
**Medizinische Fakultät Mannheim**  
**Dissertations-Kurzfassung**

**Stillen ist das Beste für das Kind – aber was, wenn man nicht stillen kann? Eine qualitative Studie**

Autor: Mariz Spannhake  
Institut / Klinik: Abteilung Public Health, Sozial- und Präventivmedizin  
Doktormutter: Prof. Dr. K. Diehl

Stillen wird aufgrund positiver gesundheitlicher Folgen für Kind und Mutter von verschiedenen Gesundheitsorganisationen, wie der World Health Organization und der Nationalen Stillkommission in Deutschland, als ausschließliche Ernährung eines Neugeborenen in den ersten Lebensmonaten empfohlen. Nichtsdestotrotz leiden viele Frauen an Stillproblemen, die häufig zu einem vorzeitigen Abbruch des Stillens führen oder dafür sorgen, dass Frauen überhaupt nicht mit dem Stillen beginnen. Ziel dieser Studie war es herauszufinden, welche ganz persönlichen Erfahrungen diese Frauen in Deutschland machen, die Schwierigkeiten beim Stillen erleben. Dafür wurden fünfzehn qualitative, semi-strukturierte Interviews mit Müttern, die jemals Stillprobleme erlebt hatten und deshalb frühzeitig abstillen mussten, durchgeführt.

Stillprobleme traten bei allen Frauen mindestens beim ersten Kind aus unterschiedlichen Gründen auf, obwohl die Motivation zum Stillen und das theoretische Wissen vor der Geburt hoch waren. Stillprobleme wurden nicht antizipiert und stellten daher nach ihrem Auftreten eine große Herausforderung für die frischgebackenen Mütter dar. Die Schwierigkeiten beim Stillen verursachten häufig starke negative Emotionen, einschließlich starker psychischer Belastungen, mit wahrgenommenen negativen Folgen für die Mutter-Kind-Bindung. Der Versuch, die Situation mittels medizinischer Hilfsmittel aktiv zu bewältigen und soziale Unterstützung durch Partner, Familie und Freunde oder „Leidensgenossinnen“, schienen eine entlastende Wirkung zu haben, während Konflikte und mangelndes Verständnis seitens anderer Personen die Situation verschlechterten. Angehörige der Gesundheitsberufe wurden in dieser problembehafteten Situation entweder als sehr unterstützend wahrgenommen, zum Beispiel durch hilfreiche technische Ratschläge oder emotionale Unterstützung, oder als die Situation verschlimmernd, beispielsweise durch Ausübung von Druck oder durch abwertende Bemerkungen. Ganz besonders wichtig war eine gute Beziehung zur Nachsorgehebamme bei der Bewältigung dieser Situation. Das Abstillen führte zumeist zu ambivalenten Gefühlen von Bedauern und Erleichterung. Doch nach einer Gewöhnungsphase sahen die meisten Teilnehmerinnen auch positive Seiten und erkannten, was sie in Zukunft anders machen würden. Die Mehrheit der Frauen würde jedenfalls erneut versuchen zu stillen.

Die Ergebnisse dieser aktuellen Arbeit deuten in Übereinstimmung mit anderen Studienergebnissen darauf hin, dass Stillprobleme und die Unfähigkeit zu stillen einen großen Einfluss auf das maternale Wohlbefinden haben können. Sie können verschiedene Aspekte im Leben einer Mutter beeinflussen, unter anderem die Bindung zum neugeborenen Kind. Unterstützung bei der aktiven Bewältigung der Situation und eine einfühlsame Betreuung können helfen den Umgang mit der Situation zu erleichtern. Obwohl Stillen und Muttermilch die beste Wahl für das Neugeborene sind, ist es wichtig, auch das Wohlbefinden der Mutter nicht zu vernachlässigen. Ein adäquates Management der von Stillproblemen betroffenen Frauen bedeutet Fürsorge für Kind und Mutter und kann im besten Fall das Stillen schlussendlich ermöglichen.

Die aktuellen Studienresultate können als Ausgangspunkt für die Entwicklung neuer quantitativer und qualitativer Studien dienen. Für Angehörige der Gesundheitsberufe können die Ergebnisse dieser Arbeit hilfreich sein, um sich in die Perspektiven betroffener Frauen zu versetzen. Dies kann zu einem empathischeren Umgang und einer verbesserten Stillunterstützung führen. Realitätsgetreue Aufklärungsmaßnahmen zum Thema Stillen und Stillprobleme sollten der gesamten Bevölkerung zugänglich gemacht werden, um Verständnis und Akzeptanz in der Gesellschaft zu erhöhen.