



Kantonsspital St.Gallen

CH-9007 St.Gallen
Tel. 071 494 11 11
www.kssg.ch

Direktion
Unternehmenskommunikation

Geht an die Medien in
St.Gallen und Umgebung

Mit der Bitte um Veröffentlichung. Danke!

St.Gallen, 11. September 2009

Angelika Heuberger
Direkt 071 494 23 81
Fax 071 494 28 80
angelika.heuberger@kssg.ch

Hinweis auf die Veranstaltung vom Dienstag, 22. September 2009 am Kantonsspital St.Gallen und

MEDIENMITTEILUNG

Stillen – fürs Kind, die Mutter und die Gesellschaft

Was bringt das Stillen der Mutter, dem Kind und der Gesellschaft? Anlässlich der Weltstillwoche im September 2009 wird in der öffentlichen Vortragsreihe am Kantonsspital St.Gallen über das Stillen und die positiven Auswirkungen auf die Eltern-Kind-Bindung gesprochen. Fünf Fachfrauen berichten aus ihren beruflichen und persönlichen Erfahrungen und erklären Zusammenhänge und Möglichkeiten der natürlichen Ernährung des Säuglings. Zudem beantworten sie Fragen aus dem Publikum: am Dienstag, 22. September 2009, 20.15 Uhr im Zentralen Hörsaal Haus 21 des Kantonsspitals St.Gallen. Der Eintritt ist frei.

Was brauchen Mütter damit sie länger stillen können?

Ist Stillen ganz einfach? 98% der Mütter verlassen die Geburtsklinik stillend. Die WHO empfiehlt während der ersten sechs Monate ausschliesslich zu stillen und danach zusammen mit altersentsprechender Ernährung bis zum Alter von 2 Jahren weiter zu stillen. Die meisten Mütter sind entschlossen, diese Empfehlung zu erfüllen. Trotzdem bekommt in der Schweiz nach 6 Monaten nur noch jedes 2. Kind Muttermilch.

Andrea Lutz, Pflegefachfrau und Stillberaterin IBCLC, Frauenklinik Kantonsspital St.Gallen, zeigt in ihrem Referat mögliche Gründe auf.

Die wichtigste Babyausstattung

Ein erster Schritt für den Start in die Stillbeziehung ist die Verbundenheit der Eltern zum Kind. Diese Verbundenheit beginnt schon während der Schwangerschaft und wird durch direkten Hautkontakt (Bonding) nach der Geburt gefestigt und vertieft. Liebevolle zugewandte Eltern sind die wichtigste erste „Babyausstattung“.

Silvia Keel, Pflegefachfrau, Stillberaterin IBCLC und Sexualpädagogin, Frauenklinik Kan-

tonsspital St.Gallen, bringt Ihre Erfahrungen ein.

Der Stillstart von Frühgeborenen und kranken Neugeborenen ist anders

Was braucht es zusätzlich, damit das Stillen möglich wird?

Darüber berichtet ausführlicher Kerri Frischknecht, Pflegefachfrau, Hebamme und Stillberaterin IBCLC, Ostschweizer Kinderspital St.Gallen

Was, wenn das Baby trotz des Stillens unruhig ist und viel weint?

Wenn die Nacht zum Tag wird.... Schreien ist Ausdrucksmittel, Kommunikation – die Weltsprache der Babys. Wie lernen wir diese verstehen? „Nirgends können wir Glück und Angst so intensiv erfahren, wie in der Begleitung eines neugeborenen Kindes.“

Claudia Schönenberger, Pflegefachfrau und Stillberaterin IBCLC, Fachberaterin für Emotionelle Erste Hilfe, Klinik Stephanshorn St.Gallen, erklärt Grundsätzliches.

Muttermilch und Beikost – ein gutes Tandem nach sechs Monaten

Auch im 2. Lebenshalbjahr geht es weiter mit der Muttermilch, aber zusätzlich kommen für das Kind spannende neue Geschmacksrichtungen in Form von Gemüse, Obst und Getreide dazu.

Was, wann, wie viel und in welcher Form - darüber spricht Rosa Plattner, Stellenleiterin Mütter- und Väterberatung des Ostschweizerischen Vereins für das Kind St.Gallen.

Stillfreundliche Spitäler prägen den Start ins Leben

Stillen ist für Mutter und Baby mit vielen gesundheitlichen Vorteilen verbunden und stärkt gleichzeitig die Beziehung zwischen Mutter und Kind. In den stillfreundlichen Spitälern wird die wichtige Eltern-Kind-Bindung gefördert und das Stillen unterstützt. Die Muttermilch passt sich laufend den Bedürfnissen des Babys an. Dadurch liefert sie jederzeit die optimale Zusammensetzung an Nährstoffen, welche das Baby für seine körperliche und geistige Entwicklung benötigt. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt, wenn immer möglich sechs Monate ausschliesslich zu stillen. Weiteres Stillen mit angepasster Beikost kann bis zu zwei Jahre und darüber hinaus dauern. Mit der Informationskampagne unter dem Motto „Stillen – wir sind dabei!“ will die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens die breite Öffentlichkeit auf das Stillen aufmerksam machen und insbesondere berufstätige Mütter motivieren, ihr Kind mindestens sechs Monate zu stillen.

Rückfragen und Terminanfragen für Interviews mit den Referentinnen bitte an:

Angelika Heuberger, Medienbeauftragte, Kantonsspital St.Gallen, Tel. 071 494 23 81 oder e-mail