

Stillen und Bindung

Symposium der NSK am 28.09.09 in
Berlin

Stillförderung für ein kindgerechtes
Deutschland

Dr. med. Michael Scheele, IBCLC,
Mitglied der Nationalen Stillkommission ,
Chefarzt der Geburtshilfe und Pränatalmedizin,
Perinatalzentrum Level 1,
Asklepios Klinik Nord - Heidberg, Hamburg
m.scheele@asklepios.com

Was hat Stillen mit Bindung zu tun?

Können wir vom Stillen auf eine sichere Eltern-Kind-Bindung schließen?

Ist Stillen eine unabdingbare Voraussetzung für eine sichere Eltern-Kind-Bindung?

Was hat Stillen mit Bindung zu tun?

Beobachtung in der frühen Nachgeburtsperiode (Film)

- **Baby** trocken Haut zu Haut auf dem Bauch der Mutter, entspannt, kurzer Schrei. **Mutter** betrachtet das Baby, streichelt es feinfühlig. **Vater** „wachsam“.
- **Baby** wacher, bewegt sich. **Mutter** berührt das Baby zärtlich, leise und hohe Stimme in Kombination mit zärtlichem Blick (**Hören zum Erkennen der Mutter**). **Vater** betrachtet und streichelt das Baby zärtlich (keine Suchbewegungen).
- **Baby** sucht mit dem Mund, kleine Laute. **Mutter** reagiert mit Stimme (Kommunikation, Dialog)
- **Baby** macht Glückslaut, erzeugt Aufmerksamkeit der **Mutter**, bewegt Hand an mütterlicher Brust (Oxytocinschub) und am Mund („frühe Hungerzeichen“). **Vater** streichelt zärtlich.

Was hat Stillen mit Bindung zu tun?

Beobachtung in der frühen Nachgeburtsperiode (Film)

- **Baby** krabbelt zur Brustwarze, schaut in das Gesicht der **Mutter**, die spricht (Kommunikation).
- **Baby** saugt und blickt in das Gesicht der **Mutter** („Gespräch“)
Vater unterstützt mit Lagerung des mütterlichen Armes.

Ohne Störung von außen findet eine fein abgestimmte Kommunikation statt zwischen Baby, Mutter und Vater.

(Nachgewiesene Störfaktoren: Handlungen des Geburtshilfeteams, Kaiserschnitt, PDA, Schmerzmittel)

Mutter-Kind-Interaktion in der frühen Nachgeburtsperiode

Kind auf Brust/Bauch der Mutter

unmittelbarer Haut-zu-Haut-Kontakt

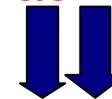
- **Oxytocinsekretion** ↑
⇓

- Milchspendereflex
- Gebärmutterkontraktionen ↑
- Durchblutung der Brusthaut ↑
- Pheromone
- Cortisol ↓ RR ↓ Vagusaktivität ↑
- Induziert mütterliches Verhalten
- Induziert Ruhe beim Kind



- **Oxytocinsekretion** ↑
⇓
- **Prolactinsekretion** (beruhigender Effekt auf die Mutter)

- Milchsekretion
- Gebärmuttertonisierung
- Hauttemperatur des Kindes ↑
- Geruchssinn des Kindes
- Stressreaktion, Ängstlichkeit ↓
(Mutter ruhig und zufrieden)
- Interaktion mit dem Kind
- Kind hört auf zu weinen
- „ruhiger Wachzustand“



- Angeborenes spontanes Suchen und Massieren der Brust
- Saugen an der Brust

nach Uvnäs-Moberg 2007

Langzeiteffekte der Mutter-Kind-Interaktion in der frühen Nachgeburtsperiode

Haut-zu-Hautkontakt und/oder das Stillen in der frühen Nachgeburtsperiode haben besonders nachhaltige Effekte:

- Häufigere und positive Mutter-Kind-Interaktionen
- Häufigeres Saugen
- Mütter stillen länger

Beim Menschen gibt es kein enges sensibles Fenster für eine gelungene Bindung, sondern eine „**sensible, nicht ausschlaggebende Phase**“ in der frühen Nachgeburtsphase.

Prägendes für das Bindungsverhalten passiert vor allem ab dem

zweiten Lebenshalbjahr →

Am Anfang der Eltern-Kind-Beziehung ist viel Zeit zum Üben. Sichere Bindungen können auch nach früher Trennung von Mutter und Kind entstehen



Langzeiteffekte des Stillens

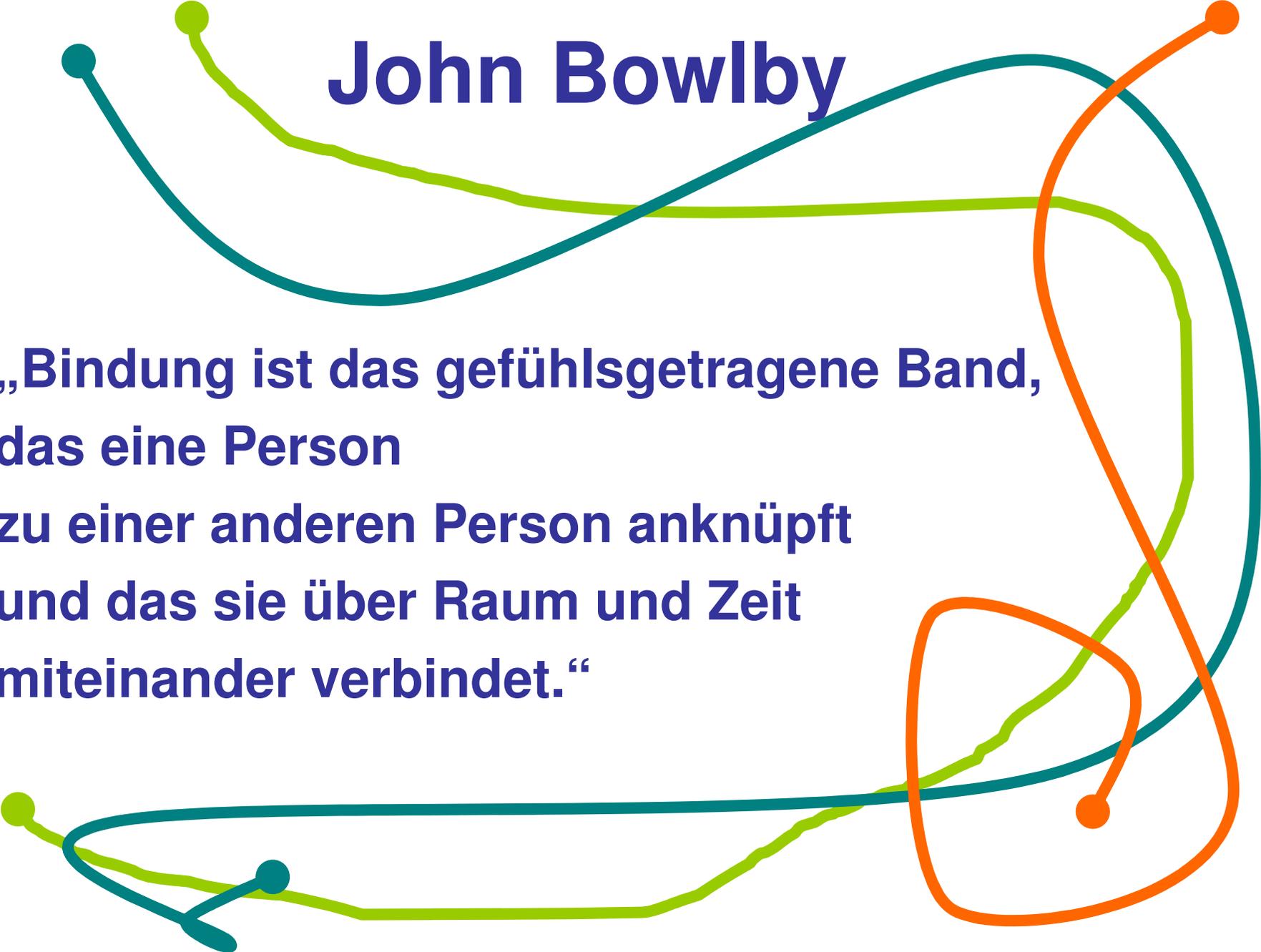
Während des Stillens

- sinkt der mittlere RR, die Vagusaktivität nimmt zu (Aktivität des Magen-Darm-Traktes nimmt zu)
- wird die Freisetzung von Cortisol auf körperlichen Stress abgeschwächt
- wird Ruhe und positives Sozialverhalten gefördert

Kann Oxytocin zur Entwicklung einer sicheren Bindung beitragen?

- Unter den besonderen Bedingungen des neuroendokrinen Milieus der Nachgeburtsperiode („sensible Phase“) wird die Umwandlung zunächst akuter Effekte in nachhaltigere Effekte erleichtert und beschleunigt, wenn die Oxytocinausschüttung **wiederholt** stimuliert wird.
- Daher ergeben sich stabile positive Langzeiteffekte auf die Mutter-Kind-Interaktion.
- Da die Oxytocinfreisetzung **konditionierbar** ist, liegt nahe, dass so auf lange Sicht die Entwicklung einer sicheren Bindung unterstützt wird.

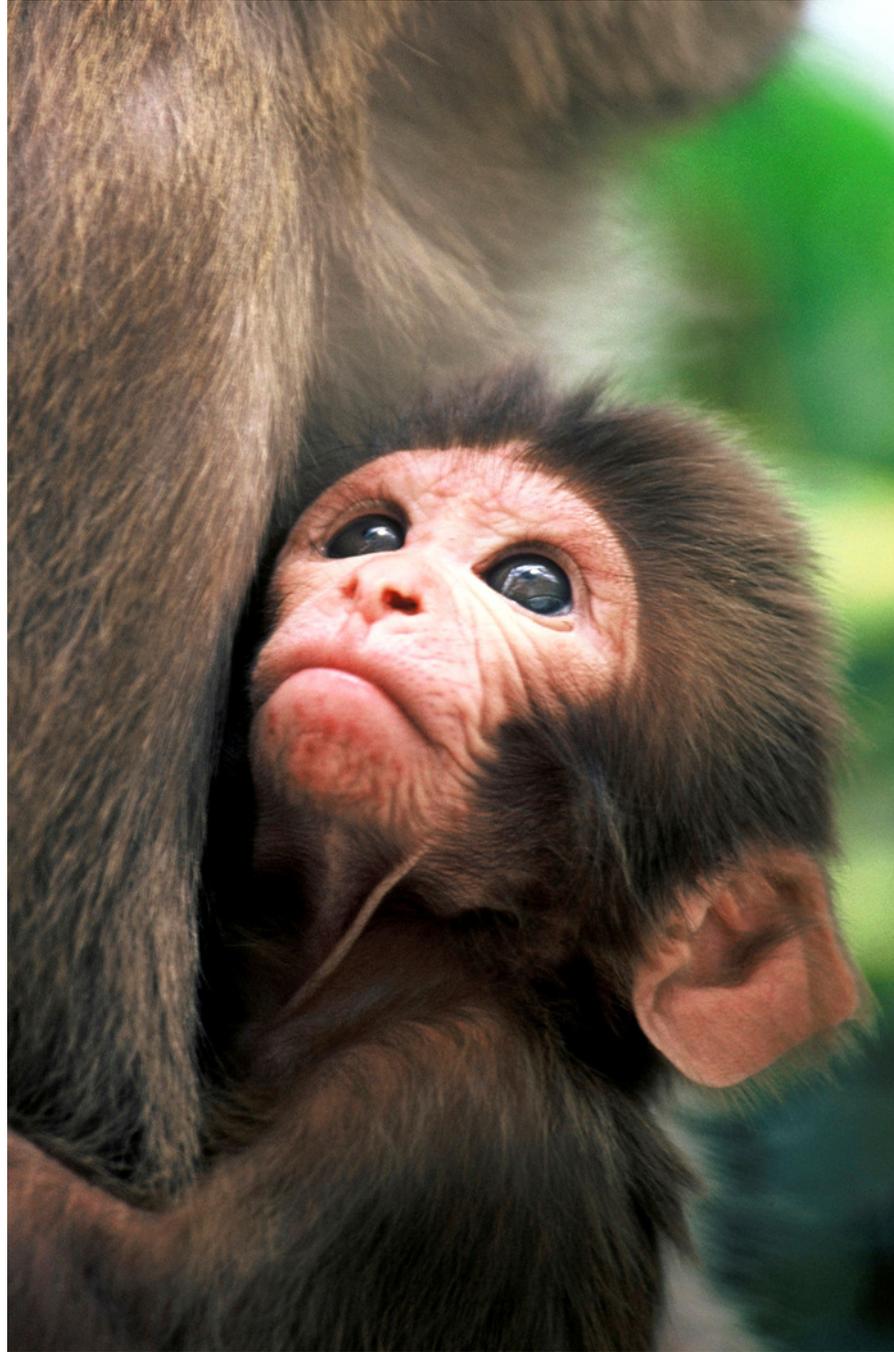
John Bowlby



„Bindung ist das gefühlsgetragene Band,
das eine Person
zu einer anderen Person anknüpft
und das sie über Raum und Zeit
miteinander verbindet.“

Bindung zum Überleben

- Bindung ist für das Leben so wichtig wie Luft zum Atmen und Ernährung
- Die emotionale Bindung sichert das Überleben und die Entwicklung des Säuglings



Bindungssicherheit

- Ein Säugling entwickelt im Laufe des ersten Lebensjahres eine spezifische emotionale Bindung an eine Hauptbindungsperson

(nicht genetisch determiniert!)

- Die Bindungsperson ist der
„sichere emotionale Hafen“
für den Säugling

Bindung und psychische Entwicklung

- **Sichere Bindung**  **SCHUTZ**
Sichere Eltern-Kind-Bindung von Anfang an ist ein Schutzfaktor für die kindliche Entwicklung
- **Un-sichere Bindung**  **RISIKO**

Folgen der Bindungsentwicklung (1)

- ***Sichere*** Bindung
 - Schutzfaktor bei Belastungen
 - Mehr Bewältigungsmöglichkeiten
 - Sich Hilfe holen können
 - Mehr gemeinschaftliches Verhalten
 - Empathie für emotionale Situation von anderen Menschen
 - Mehr Beziehungen
 - Mehr Kreativität
 - Mehr Flexibilität und Ausdauer
 - Mehr Gedächtnisleistungen und Lernen

Folgen der Bindungsentwicklung (2)

- **Un-Sichere** Bindung
 - Risikofaktor bei Belastungen
 - weniger Bewältigungsmöglichkeiten
 - Lösungen von Problemen eher alleine
 - Rückzug aus gemeinschaftlichen Aktivitäten
 - weniger Beziehungen
 - Weniger Flexibilität im Denken und Handeln
 - Mehr aggressive Verhaltensweisen in Konflikten
 - schlechtere Gedächtnisleistungen und Lernen

Bindungsqualitäten

- Sichere Bindung des Säuglings
 - Trennungsprotest
 - Weinen, Rufen, aktive Suche nach der Bindungsperson, Wunsch nach Körperkontakt
 - Beruhigung durch Körperkontakt mit der Bindungsperson nach deren Rückkehr
 - Fortsetzung der Exploration nach kurzer Beruhigungszeit

Bindungsqualitäten

- unsicher-vermeidende Bindung
 - kaum oder kein Trennungsprotest
 - etwas eingeschränktes Spiel während der Trennung
 - kein Wunsch nach Körperkontakt bei Rückkehr der Bindungsperson
 - aktive Distanzierung von Bindungsperson

Feinfühligkeit

- Die Pflegeperson mit der größten Feinfühligkeit in der Interaktion wird die Hauptbindungsperson für den Säugling
- große Feinfühligkeit fördert eine sichere Bindungsentwicklung
- Die Bindungsperson muss nicht die leibliche Mutter sein

Feinfühligkeit

- Die Bindungsperson muss die Signale des Säuglings
 - wahrnehmen
 - richtig interpretieren
 - angemessen reagieren (Beispiel: Langeweile)
 - prompt reagieren (bei Angst, bei Hunger)
- Gut genug: über den Tag verteilt im mittleren Bereich völlig ausreichend!

Was hat Stillen mit Bindung zu tun?

Antwort

Stillen ist nicht nur die optimale Ernährung des Neugeborenen, sondern Stillen ist auch die natürliche **Fortsetzung** der Eltern-Kind-Bindung, die in der Schwangerschaft begonnen hat und nie mehr so eng sein kann, wie in diesen 9 Monaten („Entbindung“).

Können wir vom Stillen auf eine sichere Eltern-Kind-Bindung schließen?

Stillen ist auch körperliche und gefühlsmäßige Nähe!

Es werden dabei bewusste und unbewusste Gefühle, wie Zwiespältigkeit, Angst, Ablehnung und Stress vermittelt, vergleichbar der Zeit in der Gebärmutter. 2 Beispiele

Stillen und Bindung

Stillen darf nicht im Sinne einer Norm aufgezwungen werden!

Feinfühligkeit muss beim Stillen genauso vermittelt werden wie bei Flaschenernährung!

Bsp.: Stillen bei laufendem Fernsehprogramm und ohne feinfühligem Kontakt mit dem Baby

- versus -

Flaschenfütterung mit feinfühligem Kontakt zum Baby

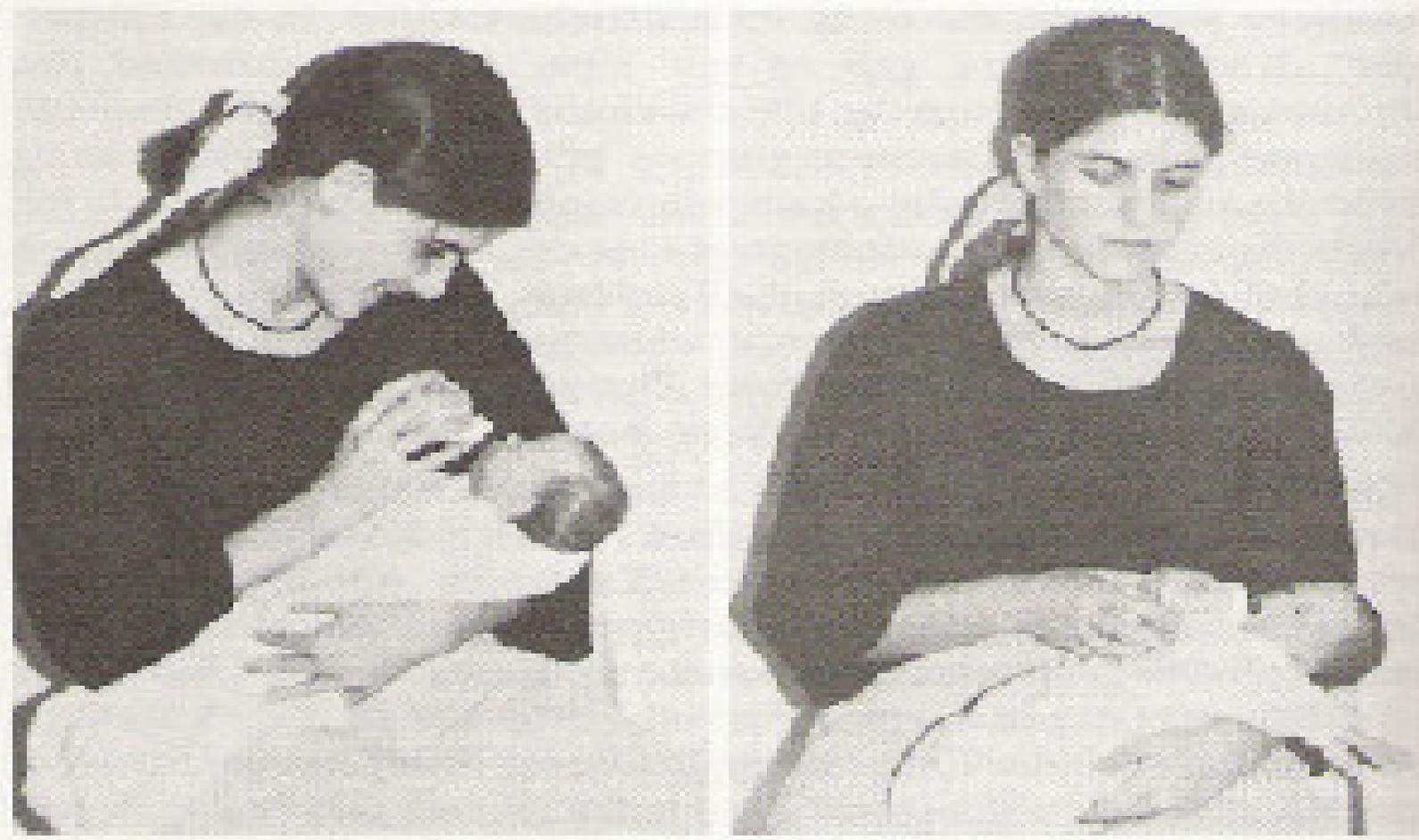


Abb. 4-7: Gestellte Szene, die zwei verschiedene Möglichkeiten zeigt, das Neugeborene beim Füttern zu halten. Im Bild A besteht enger Körperkontakt (das Baby liegt am Körper der Mutter an), die Mutter blickt das Kind *en face* an, die Flasche steht senkrecht zum Mund des Kindes, und die Milch sammelt sich im Sauger. Im Bild B hält die Mutter den Körper des Kindes von sich weg, sie blickt das Kind zwar an, aber nicht *en face*, und die Flasche steht nicht senkrecht zum Mund des Kindes.

Können wir vom Stillen auf eine
sichere Eltern-Kind-Bindung
schließen?

Antwort

Stillen ist nicht gleich zu setzen mit
einer sicheren Eltern-Kind-Bindung!

Ist Stillen eine unabdingbare
Voraussetzung für eine sichere Eltern-
Kind-Bindung?

Sensorische Interaktionen, die wie das Stillen eine positive Mutter-Kind-Interaktion fördern

- Haut-zu-Haut-Kontakt von größter Bedeutung!
(s.. Känguruh-Pflege von Frühgeborenen)
- Blickkontakt
- Austausch von Lauten („Sprache“, Erkennung der Mutter)
- Pheromone (Geruchssinn!)
- seelische Unterstützung, empathische, hilfreiche Unterstützung durch andere Personen

Ist Stillen eine unabdingbare Voraussetzung für eine sichere Eltern-Kind-Bindung?

Antwort

Stillen ist der nahe liegende, natürliche Weg zu einer sicheren Eltern-Kind-Bindung. Andere Wege sind mit mehr Aufwand verbunden.

Stillen und Vernachlässigung des Kindes durch die Mutter

Strathearn et al.:

Does breastfeeding protect against substantiated child
abuse and neglect?
Pediatrics 123, 2009

Nicht gestillte Kinder haben ein 2,6 mal so großes
Risiko für eine Vernachlässigung durch die Mutter wie
Kinder, die 4 Monate oder länger gestillt wurden
(Prospektive australische Studie über 15 Jahre
n = 6621)

„Kinder sind unser höchstes Gut. Ihre Gesundheit zu schützen und zu fördern muss unser aller Anliegen sein. Bereits in den frühen Lebensjahren werden die Weichen für Gesundheit und Wohlbefinden gestellt. Deshalb ist es besonders wichtig, Müttern und Vätern gerade von Kleinkindern Hilfen anzubieten. Denn Kinder zu betreuen ist nicht immer einfach. Eine Hilfestellung kann beispielsweise in der Unterstützung der Eltern liegen, Kinder in einer liebevollen und respektvollen Weise zu versorgen, ihre Sicherheit zu garantieren, ihr Bindungsstreben zu beantworten oder die Motivation des Kindes zum Lernen zu fördern. Mehr Elternkompetenz und damit gesündere Kinder – das ist ein Ziel, für das sich Engagement lohnt.“

Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt, 2006 anlässlich des Deutschen Präventionspreises

Stillförderung, babyfreundliches Krankenhaus, bindungsorientierte Elternschulungen (SAFE)

