

Herbert Renz-Polster

Stellungnahme zum Thema:

**Großen Kindern die Brust geben?
Die Diskussion um das Langzeit-Stillen**

(Kurzfassung)

Der Artikel "Stillen ohne Ende" (Süddeutsche Zeitung, 13.2.2010) drückt eine Empörung über das "Langzeitstillen" und eine übertriebene Bemutterung von Kindern aus, die in Deutschland immer wieder zu spüren ist. Mütter, die ihre Kinder länger als 6 Monate stillen, gelten schnell als Übermütter - und damit als schädlich für das Kind. Aber ist das wissenschaftlich haltbar?

Die durchschnittliche Stilldauer in traditionellen Kulturen liegt etwa bei 30 Monaten. Auch die Befunde der Archäologie weisen auf eine lange Stilldauer hin. Was wir heute als „Langzeitstillen“ bezeichnen, also das Stillen von Kleinkindern, entspricht damit dem arttypischen Standard beim Homo sapiens.

Diese – aus heutiger Sicht lange – Stilldauer erklärt sich aus dem relativ hohen Energie- und Eiweißbedarf in den ersten drei Lebensjahren, in denen das besonders stoffwechselaktive Gehirn des wachsenden Kindes seine Größe fast verdreifacht. Die Muttermilch half unter ursprünglichen Lebensbedingungen zudem - etwa jahreszeitlich bedingte - Nahrungsengpässe abzupuffern.

Auch wenn der Ernährungsaspekt heute weniger bedeutsam ist, so ist aus Sicht der Verhaltensforschung nicht anzunehmen, dass langes Stillen der psychischen Entwicklung und Selbstständigkeit des Kindes schaden könnte: körperliche Nähe und langes Stillen gehörte zu 99% der menschlichen Geschichte zu den unverhandelbaren Schutz- und Lebensbedingungen kleiner Kinder. Es ist nicht plausibel, dass langes Stillen deshalb ein Entwicklungshindernis darstellen sollte – selbstständig zu werden war unter den evolutionären Bedingungen der menschlichen Vergangenheit nicht weniger vorteilhaft als heute.

Die wissenschaftliche Literatur und die Stellungnahmen der kinderärztlichen Fachverbände unterstützen diese Position. »Es gibt (...) keine Hinweise auf schädliche Effekte auf die Psyche oder die Entwicklung des Kindes, wenn ins dritte Lebensjahr hinein oder länger gestillt wird.« (American Academy of Pediatrics, 2005). Auch die Nationale Stillkommission Deutschlands betont, dass „Beikosteneinführung nicht mit Abstillen gleichzusetzen ist. Der endgültige Zeitpunkt des Abstillens ist eine individuelle Entscheidung, die gemeinsam von Mutter und Kind getroffen wird.“

Solange Kinder wie empfohlen beigefüttert werden sollte die Frage der Stilldauer damit als eine private Lebensstilentscheidung betrachtet werden.

[Zur ausführlichen Fassung der Stellungnahme](#)

Dr. med. Herbert Renz-Polster, geb. 1960, ist Kinderarzt und Wissenschaftler am Mannheimer Institut für Public Health der Universität Heidelberg. Autor des Eltern-Ratgebers „Gesundheit für Kinder“ (Kösel Verlag 2008) sowie von: „Kinder verstehen. Born to be wild - wie die Evolution unsere Kinder prägt“.
Mehr unter www.kinder-verstehen.de