



Warum stillen Frauen ... nicht? – Eine gesundheitspsychologische Betrachtung des Stillverhaltens

Honigmann Gianolli, IBCLC, Dipl. Ernährungsberaterin HF, CAS
Gesundheitsförderung und Prävention

Universitätsspital Basel, Spitalstrasse 21, 4031 Basel
silvia.honigmann@bluewin.ch
Tel.: +41 61 265 90 94 oder +41 79 244 20 32 (privat)

Kurzbiographie

Seit 1994 bin ich Still- und Laktationsberaterin IBCLC.
In dieser Funktion habe ich in verschiedenen Institutionen in der Schweiz eine entsprechende Beratungsstelle initiiert. Zur Zeit arbeite ich am Universitätsspital Basel, berate Mütter im stationären und ambulanten Bereich und unterrichte Stillförderungsthemen bei Hebammen, Pflegefachfrauen, Ärzte, Stillberaterinnen i.A., Mütterberaterinnen i.A. und Medizinstudenten. Des Weiteren bin ich Stiftungsrätin und Mitglied der Fachkommission der Schweizerischen Stiftung zur Förderung des Stillens

Ziele

Der Vortrag bezweckt, die verschiedenen beeinflussenden Faktoren sowohl auf das Stillen als auch auf das Stillverhalten zu erkennen und anhand des sozialkognitiven Prozessmodells des Gesundheitsverhaltens (Health Action Process Approach = HAPA) zu analysieren.

Abstract

Die Menschheit hätte nicht überlebt, wenn Mütter ihre Säuglinge nicht gestillt hätten. Jahrtausendlang stellte das Stillen die Norm der Säuglingsernährung dar – erst im 20. Jahrhundert wurde Ersatznahrung für Säuglinge so populär, dass die Stillkultur und das traditionelle Wissen über das Stillen verloren zu gehen drohten. In den letzten 40 Jahren wurden daraufhin einige Programme lanciert, um das Stillen wieder zu fördern; Sowohl die WHO als auch viele Fachgesellschaften erkennen die Vorzüge der Ernährung mit Muttermilch an und empfehlen den Müttern, ihre Babys zu stillen. Trotz diesen Bemühungen stillen in den meisten Industrienationen viele Frauen ihre Kinder viel kürzer als empfohlen.

Fachpersonen im Gesundheitswesen werden, wenn sie Mütter und ihre Säuglinge begleiten, häufig mit Stillproblemen konfrontiert. Diese belasten mehr oder weniger die erste Zeit nach der Geburt. Dabei fällt auf, dass einige Mütter unglaublich viel Kraft und Energie ins Stillen investieren, anfängliche Probleme erfolgreich meistern und ihr Ziel schliesslich erreichen. Andere hingegen geben schneller auf und stillen ihre Kinder nicht. Worin liegt der Unterschied? Könnte eine gesundheitspsychologische Betrachtung diese Frage beantworten?

Im Vortrag werden die Einflüsse auf das Stillen anhand des sozialkognitiven Prozessmodells des Gesundheitsverhaltens (Health Action Process Approach = HAPA) analysiert. Dabei dient das Modell als Landkarte, die die logische Abfolge der Analyse begleitet. Die Recherchen für diese literaturgestützte Arbeit erfolgten von Mai bis Oktober 2009.



Ergebnisse

Die Einflussfaktoren auf das Stillverhalten lassen sich sehr gut anhand des sozialkognitiven Prozessmodells analysieren. Alle wesentlichen, bekannten Einflüsse finden darin ihren Platz in einer logischen, nachvollziehbaren Reihenfolge.

Die Entscheidung für oder gegen das Stillen wird bereits vor der Geburt gefasst, häufig sogar vor der Schwangerschaft. Motivationale Programme, Bilder und Informationen zum Stillen sollten entsprechend bereits Mädchen und junge Frauen erreichen können. Eine wesentliche Rolle in der Stillförderung spielen Fachpersonen, die Kurse für werdende Eltern anbieten. Sie haben die Möglichkeit, Mütter und Väter auf das Stillen vorzubereiten: Ihre Arbeit übt nachweislich einen Einfluss auf das Stillen aus.

Ein besonders interessanter Aspekt dieser Analyse ist der Einfluss der Selbstwirksamkeit und der Breastfeeding Self-Efficacy auf das Stillen. Einige Arbeiten konnten zeigen, dass Frauen, die eine höhere Selbstwirksamkeit oder höhere Breastfeeding Self-Efficacy aufweisen, erfolgreicher bei der Bewältigung anfänglicher Probleme sind und signifikant mehr stillen als Frauen mit niedrigen Scores.

Die Analyse anhand des HAPA-Modells gibt klare Antworten auf die Eingangsfrage. Eine Untersuchung des Stillens anhand des sozialkognitiven Prozessmodells in unseren Breitengraden wäre wünschenswert und dürfte noch mehr Erkenntnisse erbringen, die sich sowohl für die Stillförderung als auch für die Unterstützung von Müttern und Kindern hilfreich erweisen könnten.

Bibliographie

- American Academy of Pediatrics, Section on Breastfeeding (2005). Policy Statement. Pediatrics; 115: 496-506.
- Anderson, Alek K. / Damio, Grace / Chapman, Donna J. / Pérez-Escamilla, Rafael (2007). Differential Response to an Exclusive Breastfeeding Peer Counseling Intervention: The Role of Ethnicity. Journal of Human Lactation; 23 (1): 16-23.
- Arora, Samir / Mc Junkin, Cheryl / Wehrer, Julie / Kuhn, Phyllis (2000). Major Factors Influencing Breastfeeding Rates: Mother's Perception of Father's Attitude and Milk Supply. Pediatrics; <http://www.pediatrics.org/cgi/content/full/106/5/e67> Download Oktober 2009
- Bandura, Albert (1977). Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. In: Dennis, Cindy-Lee / Faux, Sandra (1999). Development and Psychometric Testing of the Breastfeeding Self-Efficacy Scale. Research in Nursing & Health; 22: 399-409.
- Beaudry, Micheline / Chiasson, Sylvie / Lauzière, Julie (2006). Biologie de l'allaitement. Presses de l'Université du Québec, 434.
- Blaffer Hrdy, Sarah (2000). Mutter Natur. Die weibliche Seite der Evolution. Clausen & Bosse, Leck, 160 und 236-239.
- Blyth, Rosemary / Creedy, Debra K. / Dennis, Cindy-Lee / Moyle, Wendy / Pratt, Jan / De Vries, Susan M. (2002). Effect of Maternal Confidence on Breastfeeding Duration: An Application of Breastfeeding Self-Efficacy Theory. Birth; 29 (4): 278-284.
- Britton, John R. / Britton, Helen L. (2008). Maternal Self-Concept and Breastfeeding. Journal of Human Lactation; 24 (4): 431-438.
- Bromberg Bar-Yam, Naomi / Darby, Lory (1997). Fathers and Breastfeeding: A Review of the Literature. Journal of Human Lactation; 13 (1): 45-50.



- Conzelmann-Auer, Cornelia / Ackermann-Liebrich, Ursula (1995). Frequency and Duration of Breastfeeding in Switzerland. *Sozial und Präventivmedizin*; 40: 396-398.
- Dennis, Cindy-Lee / Faux, Sandra (1999). Development and Psychometric Testing of the Breastfeeding Self-Efficacy Scale. *Research in Nursing & Health*; 22: 399-409.
- Dennis, Cindy-Lee (2003). The Breastfeeding Self-Efficacy Scale: Psychometric Assessment of the Short Form. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*; 32 (6): 734-744.
- Dravta, Julia / Merten, Sonja (2003). Säuglingsernährung in den ersten neun Lebensmonaten – Nationale Studie. Schlussbericht, Basel 2004.
- Franzkowiak, Peter / Kaba-Schönstein, Lotte / Lehmann, Manfred / Sabo, Peter (2006) Leitbegriffe der Gesundheitsförderung. Fachverlag Peter Sabo, Schwabenheim a.d.Selz, 4. Aufl., 119.
- Ip, Stanley / Chung, Mei / Raman, Gowri / Chew, Priscilla / Magula, Nombulelo / De Vine, Deirdre / Trikalinos, Thomas / Lau, Joseph (2007). Breastfeeding and Maternal and Infant Health Outcomes in Developed Countries. <http://www.ahrq.gov/Clinic/tp/brfouttp.htm> Download August 2009.
- Klaus, Marshall H./ Kennell, John H. (1987). Mutter-Kind-Bindung. Deutscher Taschenbuch Verlag, München, 63-140.
- Lehman, Wolfgang (1966). L'alimentation du nourrisson à travers les âges. Edition Galactina SA, Belp, 57.
- Meier, Emily R. / Olson, Beth H. / Benton, Patricia / Eghtedary, Kobra / Song, Won O. (2007). A Qualitative Evaluation of a Breastfeeding Peer Counselor Programm. *Journal of Human Lactation*; 23 (3): 262-268.
- Merten, Sonja / Dravta, Julia / Ackermann-Liebrich, Ursula (2005). Do Baby-Friendly Hospitals influence Breastfeeding Duration on a National Level? *Pediatrics*; 116: 702-708.
- Nichols, Jeni / Schuttle Nicola S. / Brown, Rhonda F. / Dennis, Cindy-Lee / Price, Ian (2009). The impact of a Self-Efficacy Intervention on Short-Term Breast-Feeding Outcomes. *Health Education & Behavior*; 36: 250-258.
- Noble, Lawrence / Hand, Ivan L. / Haynes, David / McVeigh, Tammy J. / Kim, Mi / Yoon, Jeong-Jeong (2003). Factors influencing Initiation of Breastfeeding among Urban Woman. *American Journal of Perinatology*; 20 (8): 477-83.
- Orbel, Sheina / Sheeran, Paschal (1998). „Inclined abstainers“: A Problem for Predicting Health-related Behaviour. In: Schwarzer, Ralf (2004). *Psychologie des Gesundheitsverhaltens*. Hofgrefe Verlag, Göttingen, 3. Aufl., 93.
- Otsuka, Keiko / Dennis, Cindy-Lee / Tatsuika, Hisae / Jimba, Masamine (2008). *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*; 37 (5): 546-555.
- Pisacane, Alfredo / Continisio, Grazia Isabella / Aldinucci, Maria / D'Amora, Stefania / Continisio, Paola (2005). A Controlled Trial of the Father's Role in Breastfeeding Promotion. *Pediatrics* 116 (4): e494-e498.
- Racine, Elizabeth F. / Frick, Kevin D. / Strobino, Donna / Carpenter, Laura M. / Milligan, Renee / Pugh, Linda C. (2009). How Motivation Influences Breastfeeding Duration Among Low-Income Women. *Journal of Human Lactation*; 25 (2): 173-181.
- Raj, Vinitha Krishna / Plichta, Stacey B. (1998). The Role of Social Support in Breastfeeding Promotion. A Literature Review. *Journal of Human Lactation*; 14 (1): 41-5.
- Rosen, Irene M. / Krueger, Mary V. / Carney, Lorraine M. / Graham, Judith A. (2008). Prenatal Breastfeeding Education and Breastfeeding Outcomes. *The American Journal of Maternal Child / Nursing*. 33 (5): 315-9.



Schwarz, Eleanor B. / Ray, Roberta M. / Stube, Allison M. / Allison, Matthew A. / Ness, Roberta B. / Freiberg, Matthew S. / Cauley, Jane A. (2009). Duration of Lactation and Risk Factors for Maternal Cardiovascular Disease. *Obstetrics and Gynecology*; 113 (5): 974-82.

Schwarzer, Ralf (2004). *Psychologie des Gesundheitsverhaltens*.

Hofgrefe Verlag, Göttingen, 3. Aufl., 90-100.

Schwarzer, Ralf / Sniehotta, Falko F. / Lippke, Sonia / Luszczynaska, Aleksandra / Scholz, Urte / Schüz, Benjamin / Wegner, Mary / Ziegelmann, Jochen P. (2003). On the Assessment and Analysis of Variables in the Health Action Process Approach: Conducting an Investigation. Freie Universität Berlin.

http://web.fu-berlin.de/gesund/hapa_web.pdf Download Juni 2009.

Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens

http://www.allaiter.ch/logicio/pmws/indexDOM.php?client_id=stillen&page_id=kliniken&lang_iso639=de Download September 2009.