

Zufütterung bei gestillten Neugeborenen

Elterninformation der Nationalen Stillkommission vom 19. September 2001

Liebe Eltern,

beim Menschen wie auch allen Säugetieren setzt eine für das Gedeihen ausreichende Milchsekretion bei der Mutter nicht unmittelbar nach der Geburt, sondern erst mit einer gewissen Verzögerung ein. Sie ist angepasst an die jeweiligen Bedürfnisse und die zunehmende Verdauungsleistung des Magen-Darm-Kanals eines Neugeborenen. In der Natur ist eine Zufütterung bei neugeborenen Tieren nicht vorgesehen. Nur der Mensch hat offensichtlich seit alters her Angst, dass seine Neugeborenen Hunger leiden könnten. Die wenigen Tropfen der Vormilch hielt man lange für wertlos, und der kindliche Gewichtsverlust nach der Geburt wird von vielen Eltern noch heute sehr ängstlich verfolgt. Es ist verständlich, dass man glaubte, durch Zufütterung von einfachem Tee, Zuckerlösungen oder unterschiedlichster Milchmischungen den Gewichtsverlust in Grenzen halten zu können.

Heute kennen wir den unvergleichlich hohen Wert der Vormilch, den das Neugeborene nur voll ausschöpfen kann, wenn es frühzeitig und häufig angelegt wird, um jeden Tropfen dieser Kostbarkeit aus der Brust der Mutter zu saugen. Mit Zunahme der allgemeinen Stillfreude mussten wir aber auch erkennen, dass jede Form einer Zufütterung in den ersten Tagen die Stillrate und die Stilldauer vor allem bei weniger entschlossenen Müttern reduzieren kann. Schließlich haben auch unsere Kenntnisse über die besondere Situation des Wasser- und Energiehaushaltes sowie den Stoffwechsel und seine hormonelle Regulation so zugenommen, dass die WHO, die Amerikanische Akademie für Kinderheilkunde wie auch die Deutsche Nationale Stillkommission eine Zufütterung von gestillten Neugeborenen ohne einen direkten medizinischen Grund ablehnen. Mit diesem Beitrag möchte die Nationale Stillkommission durch Aufklärung über die physiologischen Zusammenhänge Ihre Ängste abbauen und Ihnen zugleich Hilfen für das richtige Vorgehen bei Stillschwierigkeiten geben.

Energie- und Wasserhaushalt

Nach der Abnabelung steht das Neugeborene mit seinem Stoffwechsel wohl auf eigenen Füßen, doch läuft der innere Motor noch keineswegs auf vollen Touren. So beträgt der Energieumsatz in den ersten 2 bis 3 Tagen nur ein Drittel pro kg Körpergewicht im Vergleich zu einem rasch wachsenden Säugling von 4 bis 6 Wochen. Quellen des Energiebedarfs sind Reserven, die das Ungeborene in den letzten Wochen der Schwangerschaft in der Leber und im Fettgewebe gespeichert hat, und nur im geringen Maße die erste Milch. Eine wichtige Voraussetzung für diesen geringen Bedarf ist allerdings, dass das Neugeborene in den ersten Lebenstagen warm gehalten wird und unnötige Trennungen von der Mutter mit kindlichen Schreiattecken vermieden werden.

Da der Wasser- und Energiehaushalt bei Mensch wie Tier sehr eng voneinander abhängen, ist auch der Wasserbedarf des Neugeborenen an den ersten 3 Tagen bis auf ein Drittel reduziert. Doch auch diese geringe Menge könnte bei weitem nicht durch die erste Milch gedeckt werden, wenn nicht jedes Neugeborene mit einem Wasserüberschuss geboren würde, der fast genau dem physiologischen Gewichtsverlust nach der Geburt entspricht. Wir wissen heute sehr genau, dass auch mit beginnender Gewichtszunahme oder gar durch Zufütterung von Tee diese Verminderung des Körperwassers nie wieder ausgeglichen wird, sondern sogar im Verlauf des weiteren Wachstums noch zunimmt. Erst bei einer Gewichtsabnahme von über 10 % des Geburtsgewichtes beginnt bei einem Neugeborenen ein unphysiologischer Wasserverlust, der dann immer ausgeglichen werden muss.

Stoffwechsel und Hormonhaushalt

Als Argument für eine Zufütterung von Zuckerlösungen wird angeführt, dass bei einem Neugeborenen sehr häufig die Gefahr einer Unterzuckerung bestehen würde. Es ist richtig, dass bei jedem Neugeborenen der Blutzucker nach der Abnabelung abfällt, doch steigt er als Folge der beginnenden hormonellen Eigenregulation des Stoffwechsels schon nach 1 bis 2 Stunden wieder an. Diese Eigenregulation kann durch die Zufuhr von Zuckerlösungen bei manchen Kindern sogar erheblich gestört werden. Hinzu kommt, dass die hauptsächliche Energiegewinnung beim Neugeborenen durch den Fettabbau erfolgt und sein Gehirn im Gegensatz zum Erwachsenen auch Spaltprodukte des Fettabbaus verbrennen kann. Bemerkenswert ist, dass bei gestillten Neugeborenen der Blutzucker etwas niedriger sein kann als bei künstlich ernährten, auf der anderen Seite aber dann für diese Kinder mehr Fettstoffwechselprodukte für das Gehirn vorhanden sind.

Der Stoffwechsel wie auch der Wasserhaushalt des Neugeborenen werden durch eine Vielzahl von Hormonen reguliert, die alle nach der Geburt vermehrt ausgeschüttet werden. Neue Untersuchungen bei gesunden, ausschließlich gestillten Neugeborenen in Schweden haben gezeigt, dass der Stoffwechsel auch bei relativ geringer Nahrungszufuhr und einer deutlichen Gewichtsabnahme als völlig ausbalanciert bezeichnet werden muss. So ist es auch ein ganz normales Phänomen der hormonellen Steuerung, dass das Neugeborene am ersten Lebenstag so gut wie keinen Urin ausscheidet. Vielleicht ist manchem aus der Zeitung noch das Wunder eines Neugeborenen aus Mexiko in Erinnerung, das nach dem schrecklichen Erdbeben nach fast einer Woche unter Trümmern lebend aufgefunden wurde. In der Tat kann ein gesundes Neugeborenes ohne jede Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr 4 bis 5 Tage ohne Schaden überleben, während ein Säugling von 4 Wochen schon nach 2 Tagen in höchster Lebensgefahr schweben würde.

Wann sollte bei einem Neugeborenen zugefüttert werden?

Der Verlauf der normalen Anpassung des Stoffwechsels wie auch des Wasser- und Energiehaushaltes sprechen eindeutig gegen eine routinemäßige Zufütterung bei gestillten gesunden Neugeborenen. Hinzu kommt, dass gerade die Zufütterung von Tee und Zuckerlösungen die Neugeborenenengelbsucht verstärken kann und bei einer Reihe von Müttern der Stillerfolg in Frage gestellt wird.

Bei einzelnen Müttern muss leider mit einer ungenügenden Milchbildung gerechnet werden. Dies ist zunächst nach der Geburt nicht vorauszusehen, so dass alle Mütter zum Stillen ermuntert werden sollten. Wenn auch bei optimaler Stilltechnik und häufigen Anlegeversuchen möglichst unter den Bedingungen des „Rooming-in“ sowie der täglichen Gewichtskontrolle des Kindes ein Gewichtsverlust von etwa 10 % des Geburtsgewichtes erreicht ist, muss eine unzureichende oder verzögerte Milchbildung angenommen werden. Dies ist natürlich kein Grund zum Abstillen, doch besteht nun eine absolute Indikation für eine Zufütterung des Kindes, und zwar nicht in Gestalt von Tee und Zuckerlösungen, sondern in Form einer industriellen Milchnahrung für Neugeborene mit allen notwendigen Nahrungsstoffen. Bei relativ kleinen Neugeborenen mit Geburtsgewichten unter 3000 g und/oder geringgradig zu früh geborenen Kindern (35 bis 36 Wochen) mit geringeren Energie- und Wasserreserven ist es für Mutter und Kind von Vorteil, wenn bereits ab einem Gewichtsverlust von 7 bis 8 % zugefüttert wird. In der Regel sollte eine Zufütterung aber eine ärztliche Entscheidung sein, die den Eltern begründet werden muss.

Im Übrigen ist es natürlich verständlich, wenn bei kranken Neugeborenen und solchen mit Besonderheiten, wie unreifen Frühgeborenen und hochgradig untergewichtigen Termingeborenen ganz andere Vorschriften gelten.