

# Stillen, Schadstoffe und Gesundheit

## Schadstoffe sind ein Problem Abstillen ist keine Lösung

zusammengestellt von Utta Reich-Schottlky

Rund 100.000 chemische Substanzen, die es in der Natur nicht oder nur vereinzelt gibt, wurden in den letzten hundert Jahren von der chemischen Industrie hergestellt. Bei manchen besteht inzwischen der Verdacht oder sogar die Gewissheit, dass sie für Mensch und Umwelt schädlich sind. Die Stoffe verbreiten sich auf der ganzen Erde. Über die Nahrung, die Haut und die Atemluft gelangen sie in den menschlichen Körper, insbesondere in das Fettgewebe. Auch in der Muttermilch sind sie nachweisbar. Spricht das gegen das Stillen? Nein. Es würde dann gegen das Stillen sprechen, wenn der Gesundheitszustand der nicht gestillten Kinder besser wäre als der der gestillten Kinder. Er ist jedoch schlechter.

### Quellen der Schadstoffbelastung vor und während der Schwangerschaft

Vater und Mutter sammeln in ihren Körpern Schadstoffe an. Bei hohen Blutwerten für manche Stoffe sind Auswirkungen auf die Spermienqualität und damit auf die Fruchtbarkeit beobachtet worden. Die im Körper der Mutter gespeicherten Schadstoffe gehen durch die Plazenta auf den Fötus über. Das Neugeborene hat bei der Geburt die gleichen Schadstoffkonzentrationen wie die Mutter, bei hohen Konzentrationen besteht ein Risiko, dass seine Gesundheit beeinträchtigt ist. Das alles ist unabhängig vom Stillen.

### Nach der Geburt

Über drei Wege gelangen Schadstoffe in den Körper:

- Der Säugling atmet die gleiche Luft wie die Eltern mit Zigarettenrauch, Autoabgasen, Feinstaub aus Industrie und Verkehr, Ausgasungen aus Möbeln, Teppichen und elektrischen Geräten. Stillen oder Nichtstillen ändert daran nichts.
- Über die Haut nimmt das Baby Duftstoffe, Farbstoffe und andere Inhaltsstoffe aus Waschung Pflegemitteln sowie aus Kleidung und Bettwäsche auf. Auch daran ändert Stillen oder Nichtstillen nichts.
- Bleibt die Frage der Nahrung.

### Stillen – die normale Säuglingsernährung

Seit Millionen Jahren ist Stillen die normale Säuglingsernährung. Muttermilch enthält alles, was das Baby zur Ernährung, zum Wachstum und zur Entwicklung braucht, sogar Immunfaktoren, die seine Krankheitsabwehr unterstützen. Das ist bei keiner künstlichen Säuglingsnahrung möglich. Zugleich ist das Stillen ein wesentlicher

Bestandteil der Beziehung zwischen Mutter und Kind. Beide spüren sich hautnah mit allen Sinnen, die Hormone sind darauf eingestellt und unterstützen das Stillen und den Aufbau der Beziehung. Auch das kann keine künstliche Säuglingsernährung leisten.

Seit einigen Jahrzehnten sind Schadstoffe in Muttermilch gefunden worden. Mehrere besonders gefährliche Stoffe wie PCBs und Dioxine wurden daraufhin verboten, und ihre Konzentrationen in der Muttermilch gehen zurück. Andere Stoffe werden heute verstärkt hergestellt und ihre Konzentration in der Muttermilch hat zugenommen, z.B. bestimmte Duftstoffe und Flammschutzmittel.

Untersuchungen über die Auswirkungen der Schadstoffe auf die Gesundheit der Kinder haben gezeigt, dass festgestellte Beeinträchtigungen auf die Belastung in der Schwangerschaft zurückzuführen waren und nicht auf die Schadstoffe in der Muttermilch.

### Gefahren der künstlichen Säuglingsernährung

Jede künstliche Säuglingsernährung ist mit gesundheitlichen Risiken verbunden. Immunstoffe und Wachstumsfaktoren fehlen. Die Nahrung ist kein steriles Produkt; manchmal darin enthaltene Bakterien wie Salmonellen oder Enterobacter sakazakii lösen immer wieder schwere Erkrankungen und Todesfälle aus, zuletzt Anfang 2005 in Frankreich. Herstellungsfehler, z.B. zu wenig Vit B (Humana in Israel 2004) oder zu viel Jod (Nestlé in China 2005), sind eine zusätzliche Gefahr. In den Dosen, den Deckeldichtungen und den Fläschchen wurden Schadstoffe wie Semicarbazid gefunden. Herstellung, Transport und Verpackung künstlicher Säuglingsnahrung belasten die Umwelt und erhöhen den Schadstoffausstoß. Nicht oder kurz gestillte Kinder erkranken häufiger und schwerer an vielen Infektionskrankheiten, insbesondere Atemwegsinfekten, Mittelohrentzündung und Magen-Darm-Infekten. Sie leiden häufiger unter chronischen Erkrankungen wie Diabetes mellitus und an Krebserkrankungen. Das ist überall auf der Welt so, mit und ohne Schadstoffbelastung der Muttermilch.

### Muttermilchuntersuchungen – ja oder nein?

Um die Belastung der Bevölkerung mit Schadstoffen festzustellen, kann man Blut oder Fettgewebe untersuchen oder eben Muttermilch, die man leicht gewinnen kann. Für solche allgemeinen Datenerhebungen sind Muttermilchuntersuchungen geeignet. Individuelle Stillempfehlungen lassen sich daraus jedoch nicht ableiten,

denn nach den bisher vorliegenden Untersuchungen wiegen die Risiken der künstlichen Säuglingsernährung schwerer.

### Ist es sinnvoll, die Stilldauer wegen der Schadstoffe einzuschränken?

Dafür gibt es keinen wissenschaftlichen Beleg. Es gibt die Meinung, dass das Stillen nach 6 Monaten keine Bedeutung mehr habe und deshalb eventuelle Risiken durch Schadstoffe schwerer wögen als der auf Null gesetzte Wert des Stillens. Empirische Untersuchungen zeigen allerdings, dass längeres Stillen die Gesundheit fördert. Zum Beispiel haben Kinder, die länger als ein Jahr gestillt wurden, das geringste Risiko, später übergewichtig zu werden. Auch bei Intelligenztests schneiden sie besser ab als nur kurz gestillte Kinder.

### Was ist zu tun?

Die Gesundheit der Kinder kann nur dadurch geschützt werden, dass die Eltern bereits vor der Schwangerschaft weniger Schadstoffen ausgesetzt sind dass also Schadstoffe gar nicht erst produziert werden und nicht in die Umwelt gelangen, somit auch nicht in den menschlichen Körper einschließlich der Muttermilch.

- Auf der europäischen Ebene muss ein wirksames Chemikaliengesetz durchgesetzt werden („REACH“). Wenden Sie sich an Ihre EuropaAbgeordneten!
- Kaufen Sie bewusst. Zum Beispiel wird der Pestizideinsatz in der Landwirtschaft durch den Kauf ökologischer, ohne Pestizide angebaute Produkte verringert. Synthetische Moschusduftstoffe können durch die Verwendung von Wasch- und Körperpflegemitteln ohne diese Stoffe vermieden werden.
- Stillen Sie Ihr Kind. Die WHO empfiehlt: Sechs Monate ausschließlich stillen, das heißt keine andere Nahrung oder Flüssigkeit außer Muttermilch, und danach neben geeigneter Beikost weiter stillen bis zum Alter von zwei Jahren und darüber hinaus.

### Literaturhinweise

- Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) (2020). ToxFox App [https://www.bund.net/themen/chemie/toxfox/?utm\\_term=button](https://www.bund.net/themen/chemie/toxfox/?utm_term=button) (Aufruf 17.8.20)
- t-online (2018). [https://www.t-online.de/nachrichten/id\\_84253460/chemikalie-in-altoetting-muttermilch-staerker-belastet.html](https://www.t-online.de/nachrichten/id_84253460/chemikalie-in-altoetting-muttermilch-staerker-belastet.html) (Aufruf 17.8.20)
- Umweltbundesamt (UBA) (2020) Endokrine Disruptoren. <https://www.umweltbundesamt.de/endokrine-disruptoren#textpart-1> (Aufruf 17.8.20)

### Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen (AFS) – Bundesverband e.V.

Muhrenkamp 87, 45468 Mülheim/Ruhr

Tel.: 0208 – 38 54 00 24

E-Mail: [geschaeftsstelle@afs-stillen.de](mailto:geschaeftsstelle@afs-stillen.de)

[www.afs-stillen.de](http://www.afs-stillen.de)

Stillberatungs-Hotline: Tel.: 0228 – 92 95 99 99

Täglich. Zum Ortstarif.

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



**AFS**  
Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen  
Bundesverband e.V.