

Stillen in Zeiten einer Grippeepidemie

Denise Both

Gestillte Kinder genießen durch die Muttermilch einen gewissen Schutz vor verschiedenen Infektionskrankheiten. Stillende Mütter hingegen sind nicht in besonderer Weise vor Krankheiten gefeit.

Erkrankt eine Mutter in der Stillzeit wird leider immer noch häufig „vorsichtshalber“ zum Abstillen oder zumindest zu einer Stillpause geraten. Dieser Rat ist in vielen Fällen jedoch sehr kritisch zu betrachten, denn nur sehr wenige Erkrankungen verlangen tatsächlich, dass die Mutter abstillt und weiterstillen kann Vorteile für Mutter und Kind haben.

Neue Grippe A/H1N1

Stillen wirkt sich prinzipiell vorteilhaft auf die Ausprägung von Atemwegserkrankungen aus. Obwohl noch keine konkreten Informationen speziell zu A/H1N1 vorliegen, wird bei dem Verdacht, dass sich eine stillende Mutter mit dem A/H1N1-Virus infiziert hat, dazu geraten, weiterzustillen. Auch wenn der Verdacht besteht, dass sich ein gestillter Säugling infiziert hat, soll er weiterhin gestillt werden. Die Medikamente Oseltamivir (Tamiflu) und Zanamivir (Relenza) können bei Bedarf eingesetzt werden. Laut den „Empfehlungen des US Centers for Disease Control and Prevention (CDC) zum Verhalten bei einer Erkrankung an der „Neuen Grippe“ (A/H1N1)“ gilt:

- Falls eine Frau erkrankt, sollte sie weiter stillen und die Stillfrequenz erhöhen. Sollte durch die Erkrankung der Mutter das direkte Stillen an der Brust nicht sicher, Abpumpen jedoch möglich sein, sollte die Frau zum Abpumpen ermutigt werden. Es ist nicht bekannt, ob bei einer Infektion mit der „Neuen Grippe“ A/H1N1 eine Übertragung über die Muttermilch möglich ist. Allerdings sind Berichte über eine Virämie bei Influenzainfektion selten.
- Bei Säuglingen, die zu krank sind, um direkt an der Brust zu trinken, sollte abgepumpte Milch eingesetzt werden. Unter bestimmten Umständen kann es möglich sein, Spendermilch zu verwenden.
- Eine Behandlung oder Prophylaxe mit antiviralen Medikamenten stellt keine Kontraindikation für das Stillen dar.
- Eltern und Pflegepersonal sollten darüber informiert werden, wie sie den Säugling vor der Übertragung von Keimen, die Atemwegserkrankungen wie die „Neue Grippe“ A/H1N1 verursachen, schützen können:
 - Häufiges Händewaschen mit Wasser und Seife sowohl bei den Erwachsenen als auch beim Säugling, vor allem nachdem Kinder ihre Hände in den Mund genommen haben.
 - Säuglinge und Mütter sollten so engen Kontakt zueinander halten wie möglich. Früher und häufiger Haut-zu-Haut-Kontakt zwischen Mutter und Säugling sollte gefördert werden.
 - Die gemeinsame Verwendung von Spielzeug und anderen Gegenständen, die der Säugling in den Mund nimmt, sollte eingeschränkt werden. Alles was mit dem Mund des Säuglings in Kontakt kommt, sollte gründlich mit Wasser und Seife gereinigt werden.
 - Schnuller (einschließlich Schnullerring) und andere Gegenstände sollten nicht von Erwachsenen oder anderen Kindern in den Mund gesteckt werden, ehe der Säugling sie erhält.
 - Auf gutes Hygieneverhalten beim Husten und Niesen achten. Gegebenenfalls Mundschutz verwenden.

Besonders der erste Punkt ist von entscheidender Bedeutung. Da einer der Hauptübertragungswege von Bakterien und Viren im Kontakt mit der Haut sowie mit infektiösen Sekreten und Ausscheidungen besteht, gehört eine konsequente Händehygiene zu den wichtigsten Maßnahmen der Infektionsvermeidung. Häufiges Händewaschen hat sich als äußerst effizient herausgestellt. Eine Impfung in der Stillzeit erfordert keine Stillpause.

- Empfehlungen des US Centers for Disease Control and Prevention (CDC) zum Verhalten bei einer Erkrankung an der „Neuen Grippe“ (A/H1N1) <http://www.cdc.gov/H1N1FLU/>
- Beratungsstelle für Embryonaltoxikologie: Influenza A/H1N1 (sog. Mexikogrippe oder „Schweinegrippe“) (29. Oktober 2009) <http://www.embryotox.de/aktuelles.html>
- Academy of Breastfeeding Medicine: Breastfeeding / Swine Flu Recommendations for Physicians from the Academy of Breastfeeding Medicine [http://www.bfmed.org/Media/Files/Documents/pdf/Press%20Releases/H1N1%20Press%20Release%20\(5-12-09\).pdf](http://www.bfmed.org/Media/Files/Documents/pdf/Press%20Releases/H1N1%20Press%20Release%20(5-12-09).pdf)