



## Stillen bildet

Die Ernährung eines Babys prägt sein Leben.

**Den besten Start** ins Leben hat es mit der Muttermilch.

**Stillen fördert die kindliche Entwicklung weit über die Säuglingszeit hinaus.**

**Muttermilch enthält nicht nur Bausteine für die Hirnentwicklung** (essentielle langkettige Fettsäuren),

**Muttermilch liefert auch die notwendigen Impulse für die Hirnentwicklung** mit dem Wachstumsfaktor ILGF 1 ("insulin-like growth factor I").

Etwa 14.000 Wöchnerinnen an 31 Entbindungskliniken nahmen unter der Leitung von Prof. Kramer von der McGill Universität Montreal seit 1996/1997 an einem UNICEF-Programm hinsichtlich der Auswirkungen des Stillens teil. Die Hälfte der Frauen nahm an einer Stillförderung teil, die anderen erhielten eine gewöhnliche Betreuung.

**Im Alter von drei Monaten** wurden 43 % der Kinder mit einer Stillförderung gestillt gegenüber 6,4 Prozent in der Vergleichsgruppe.

Im Grundschulalter wurden die Kinder erneut untersucht: Dabei wurden zahlreiche Standardtests zur kognitiven Entwicklung durchgeführt und die Schulergebnisse verglichen.

**In allen Bereichen schnitten lange gestillte Kinder besser ab:**

**Die verbale Intelligenz** war um 7,5 Punkte höher.

**Bei der praktischen Intelligenz** schnitten lange gestillte Kinder um 3 Punkte besser ab.

**Der Gesamt-IQ** war um 6 Punkte höher.

**Auch die Schulleistungen im Lesen, Schreiben, Rechnen waren signifikant besser.**

**Dass Stillen den Intelligenzquotienten des Säuglings erhöht**, konnte auch Terrie Moffitt, Professor für Psychologie und Hirnforschung an der Duke University Durham/USA und ihr Team, nachweisen, die mehr als 3000 Kinder in Großbritannien und Neuseeland auf ihre Intelligenz hin untersuchten:

**Stillen erhöhte den Intelligenzquotienten** in ihrer Studie um durchschnittlich 7 IQ-Punkte.

**Auch der enge Kontakt der Mutter zum Kind** wirkt sich positiv auf die Kommunikationsfähigkeiten der Kinder aus. Die größten Unterschiede bestanden in der verbalen Intelligenz.

Die Studien bestätigen eine Reihe früherer Beobachtungsstudien, die zu dem gleichen Ergebnis gekommen waren.

### Quellen:

KRAMER, M.S. et al.: Breastfeeding and Child Cognitive Development. New Evidence From a Large Randomized Trial. Arch Gen Psychiatry. 2008;65(5):578-584.

MOFFITT, T.: Breastfeeding Boosts IQ In Infants With 'Helpful' Genetic Variant. *ScienceDaily*. Duke University USA, 2007