



Probleme beim Abstillen

Die Phase des Abstillens ist, wenn man nicht dem natürlichen Rhythmus des Kindes folgen kann, immer problematisch. Aber wer kann heutzutage eine Stillzeit von 2 - 4 Jahren durchhalten? Während der Säugling die Stillmahlzeiten in erster Linie als Ernährung und zur Befriedigung des großen [Saugbedürfnisses](#) wahrnimmt, haben ältere Babys und Kleinkinder schon komplexere Motive, die Brust zu verlangen: der Rückzug in die körperliche Nähe der Mutter, wenn die fremde und ein wenig beängstigende Welt sie überfordert, Trost, Beruhigung, Sicherheit ... Dies gilt es zu bedenken, um mit **Problemen** beim aktiven **Abstillen** durch die Mutter besser zurecht zu kommen.

Langsames Abstillen vermindert mögliche Probleme beim Abstillen

Wenn nicht eine ernste medizinische Indikation vorliegt, die ein abruptes Abstillen erforderlich macht und natürlich nur unter ärztlicher Betreuung erfolgen soll, wird hierzulande meist im ersten Lebensjahr des Kindes mit dem langsamen **Abstillen** begonnen. Hier ist zunächst die körperliche und psychische Befindlichkeit der Mutter zu berücksichtigen. Sobald z.B. die Mahlzeiten tagsüber bereits durch [Beikost](#) ersetzt wurden und nur noch morgens und abends gestillt wird kann es durch die lange Pause zu einem unangenehmen Spannungsgefühl in der Brust, ja sogar eventuell zum [Milchstau](#) oder gar zum so genannten Milchfieber kommen. Und ein weit verbreitetes Phänomen ist, dass es selbst bei einer langsamen Vorgangsweise durch den Abfall der Prolaktinproduktion zu Verstimmungen und Unlustgefühlen kommen kann. Suchen Sie bei diesen Problemen beim Abstillen bei Ihrem Arzt oder Ihrer Apotheke Rat: Oft hilft ein pflanzliches oder homöopathisches Präparat.

Mögliche Probleme beim Abstillen und was man dagegen tun kann

Die meisten **Probleme beim Abstillen** hat aber das Baby. Schließlich wird ihm etwas aufgezwungen, für das es nicht bereit ist und sogar seinen grundlegenden Bedürfnissen entgegensteht. Die Gründe für diese Situation sind ihm natürlich nicht einsichtig, daher gilt es, eine Strategie des „geringsten Widerstands“ zu entwickeln. Ganz jungen Säuglingen kann man zunächst abgepumpte Muttermilch anbieten, um sie überhaupt an das Fläschchen zu gewöhnen. Mit 6 Monaten ist dann das Baby meist so weit, dass es an der gemeinsamen Mahlzeit teilnehmen will. Dies wäre dann eine erste Brustmahlzeit, die wegfallen könnte. Nach und nach bleibt dann meist nur noch das abendliche Stillen zum Einschlafen, und hier kommt es zu den meisten **Problemen beim Abstillen**: Das Baby protestiert wütend gegen die Flaschenmahlzeit, will nicht einschlafen, kann nicht durchschlafen ... Eine Bewährungsprobe für Eltern und Kind. Ein oft zitierter Ratgeber „Jedes Kind kann schlafen lernen“ gibt recht wertvolle Tipps, jedoch muss natürlich jede Familie ihren eigenen Lösungsansatz finden. In meinem Bekanntenkreis gab - nach für Mutter und Kind zermürbenden Abenden der „Brustverweigerung durch die Mutter“ - der Vater dem Baby das Abendfläschchen und siehe da: es wurde akzeptiert. Möglicherweise wurde der Geruch und die Nähe der Mutter so stark mit der Brustmahlzeit assoziiert, dass von dieser kein Ersatz angenommen werden konnte.

Abschließend zur Beruhigung der genervten Eltern eine Binsenweisheit: Wenn auch meist irgendwelche **Probleme beim Abstillen** auftreten, es haben schließlich noch alle Familien geschafft!

Autor: Redaktion / Ivonne

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ Nur zu Hause und trotzdem überfordert?
- ▶ Trotzen und Wutanfälle bei Kindern
- ▶ Brustwarzenentzündung in der Stillzeit

[zum Artikel Probleme beim Abstillen](#)