



nationale
stillkommission

MRI 
Max Rubner-Institut

Begleitinformation zur Selbstauskunft: Checkliste der Nationalen Stillkommission und weitere Informationen

Zusätzlich finden Sie weiterführende Informationen zu den einzelnen Kriterien unter folgendem Link:

→ gesund-ins-leben.de/selbstauskunft



Scan mich

Ist meine Kinder- und Jugendarztpraxis stillfreundlich?

Checkliste der Nationalen Stillkommission zum Selbsttest für Kinder- und Jugendarztpraxen

1. Adäquate Ausstattung/Praxisräumlichkeiten

- 1.1 In der Praxis sind evidenzbasierte und industrieunabhängige bzw. werbefreie Informationen/Materialien zum Stillen sowie zur Ernährung im ersten Lebensjahr und im Kleinkindalter verfügbar.
- 1.2 Die Praxis setzt den WHO-Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten und dessen nachfolgenden Resolutionen konsequent um. Dies bedeutet, dass die Praxis keine Säuglingsnahrungsproben und Werbematerialien (z. B. Hüllen für das Kinderuntersuchungsheft, Lätzchen, Flaschen) von Herstellern und Händlern von Muttermilchersatzprodukten, Flaschen oder Saugern verteilt. Die Praxis nimmt keine Geschenke, Einladungen, Gutscheine und sonstige Werbeartikel von Herstellern und Händlern von Muttermilchersatzprodukten, Flaschen und Saugern an. In der Praxis ist keine industriell hergestellte Säuglingsnahrung sichtbar. Falls Säuglingsnahrung verfügbar ist, muss diese regulär erworben sein und nicht von der Industrie preisreduziert/kostenfrei zur Verfügung gestellt werden.
- 1.3 Das Stillen wird in den Praxisräumen durch die Möglichkeit, sich bei Bedarf möglichst in einen ruhigen Raum zurückziehen zu können, unterstützt.
- 1.4 In der Praxis befinden sich Schilder oder Plakate zum Stillen mit der Darstellung von Stillpaaren und der Botschaft, dass Stillen in der Praxis erwünscht ist und unterstützt wird.
- 1.5 In der Praxis und gegebenenfalls auf der Praxishomepage finden sich aktuelle Informationen zum Stillen und zur Stillförderung sowie Kontaktdaten für individuelle Stillberatung und regionale Stillgruppen.

Die Punkte 1.1., 1.2. und 1.5. werden von allen stillfreundlichen Praxen erfüllt.

Hier finden Sie die entsprechenden Punkte aus der Selbstauskunft:

- Wir bieten aktuelle und werbefreie Informationen zum Thema Stillen und Säuglingsernährung.**
- In unserer Praxis liegen keine Proben und keine Werbung von Herstellern oder Händlern von Säuglingsnahrung aus.**
- Wir bieten oder vermitteln qualifizierte Stillberatung und Stillgruppen.**
- Wir haben geeignete Stillmöglichkeiten in den Praxisräumen.**



2. Angebot an qualifizierter Stillberatung

- 2.1 Definition „qualifizierte Stillberatung“ als fachlich aktuelle und unabhängige Beratung zum Stillen und zur Säuglingsernährung
- 2.2 Kooperation mit extern tätigen Hebammen und/oder qualifizierten Stillberaterinnen und -beratern und/oder Stillberatung in der eigenen Praxis
- 2.3 Vorgeburtliche Beratung oder eine Informationsveranstaltung in Zusammenarbeit mit einer zum Stillen fortgebildeten Hebamme, Kinderkrankenpflegekraft und/oder Frauenärztin oder Frauenarzt (z. B. U0 - Kindervorsorge vor der Geburt)

3. Nutzung der Früherkennungsuntersuchungen im ersten Lebensjahr zur Stillförderung

- 3.1 Jede Vorsorge wird präventiv zur Stillförderung durch Fragen nach dem Gelingen des Stillens genutzt.
- 3.2 Bei Problemen oder Fragen (z. B. bei Sorge, nicht genug Milch zu haben, zum Zufüttern, zu Schmerzen beim Stillen, zur Verwendung von Schnullern, zur Einnahme von Medikamenten, zur indikationsgerechten Anwendung von Stillhilfsmitteln etc.) werden qualifizierte Unterstützungsmöglichkeiten angeboten (Hebammen, Stillberatung, Stillgruppen etc.).
- 3.3 Die Partnerin oder der Partner und das enge soziale Umfeld werden ermutigt, die Frau beim Stillen zu unterstützen.

Wir nutzen die Früherkennungsuntersuchungen im Säuglingsalter zur Stillförderung.

4. Adäquate Qualifizierung von Praxismitarbeitenden

- 4.1 Ärztin oder Arzt mit Fortbildung zum Stillen
- 4.2 Praxismitarbeiterinnen oder -mitarbeiter mit qualifizierter Weiterbildung zu Stillen und Laktation.

Wir qualifizieren unser Team zum Thema Stillen.



5. Kenntnis und Umsetzung der Gesetzgebung zu Stillförderung und Mutterschutz in der Praxis

- 5.1 Das Praxispersonal kennt die gesetzlichen Vorgaben zum Mutterschutz und die Regelungen zum Stillen am Arbeitsplatz. Es kann zum Thema Vereinbarkeit von Stillen und Berufstätigkeit qualifiziert informieren.
- 5.2 Stillende Praxismitarbeiterinnen erhalten gemäß dem Mutterschutzgesetz die gesetzlich vorgeschriebene Freistellung für das Stillen oder Abpumpen der Muttermilch mit den dafür notwendigen Voraussetzungen.

Wir kennen die Gesetzgebung zu Mutterschutz und Stillförderung und setzen sie um.

6. Beteiligung der Praxis an interdisziplinärer Zusammenarbeit

Die Praxis nimmt an regelmäßigen Treffen von Frauenärztinnen oder Frauenärzten/Hebammen/Kinder- und Jugendärztinnen oder -ärzten teil (z.B. Qualitätszirkel).

Wir arbeiten mit anderen Fachkräften zusammen, die engen Kontakt mit Familien haben.

Sie finden hier weiterführende Informationen zu allen Themen der Checkliste:

→ gesund-ins-leben.de/selbstauskunft



Scan mich



Nationale Stillkommission

Muttermilch ist die ideale Nahrung für Säuglinge. Sie ist optimal an die individuellen Bedürfnisse angepasst und deckt im ersten Lebenshalbjahr den Bedarf an Nährstoffen und Flüssigkeit, die für ein gesundes Heranwachsen benötigt werden. Trotz aller technisch-industriellen Fortschritte bietet keine andere Säuglingsnahrung die gleichen Vorteile für die gesunde Entwicklung des Kindes. Diese Erkenntnis hat schon 1994 dazu geführt, dass die Nationale Stillkommission in Deutschland ins Leben gerufen wurde. Hauptauftrag der Nationalen Stillkommission ist die Förderung des Stillens in der Bundesrepublik Deutschland. Die Kommission berät die Bundesregierung, gibt Stellungnahmen und Empfehlungen heraus und unterstützt Initiativen zur Beseitigung bestehender Stillhindernisse. Die Aufgabe dieses interdisziplinär besetzten Expertengremiums besteht in der Erkennung und Behebung von strukturellen Problemen des Stillens.

Dieses Medium ist Teil der Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung

Die Bundesregierung hat sich zum Ziel gesetzt, Deutschland stillfreundlicher zu machen. Mit der 2021 verabschiedeten Nationalen Strategie zur Stillförderung ist der Grundstein für eine nachhaltige Verbesserung der Stillförderung in Deutschland gelegt. Die Vision eines stillfreundlichen Deutschlands und der Weg dorthin sind beschrieben. Bei der Umsetzung setzt die Bundesregierung auf die enge Kooperation mit den Akteurinnen und Akteuren, die sich im Rahmen des partizipativen Prozesses engagiert haben. Das Institut für Kinderernährung am MRI koordiniert im Auftrag des BMLEH die Umsetzung der Nationalen Strategie zur Stillförderung. Das Netzwerk Gesund ins Leben als Teil des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE) ist für die kommunikativen Maßnahmen zuständig.

Impressum

Max Rubner-Institut (MRI), Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel, Präsidentin: Prof. Dr. Tanja Schwerdtle, Haid-und-Neu-Straße 9, 76131 Karlsruhe, www.mri.bund.de/de/nationale-stillkommission

Redaktion: (MRI)© MRI 2025

DIE SELBSTAUSKUNFT UND DER TEXT SIND UNTER DER CREATIVE-COMMONS-LIZENZ „CC BY-NC-ND 4.0 – NAMENSNENNUNG – NICHT-KOMMERZIELL – KEINE BEARBEITUNG 4.0 INTERNATIONAL“ VERÖFFENTLICHT.

SIE KÖNNEN SIE UNTER EINHALTUNG DER LIZENZBEDINGUNGEN GERNE NUTZEN.



**nationale
stillkommission**

MRI 
Max Rubner-Institut

Wissenswertes zur Vermarktung von Muttermilchersatz und WHO-Kodex:

- gesund-ins-leben.de/werbung
- www.nationalestillfoerderung.de/who-kodex/worum-es-geht/hintergrund-und-ziel

Such-Plattformen für Hebammen und Stillberatung:

- gesund-ins-leben.de/beratungsangebote-stillzeit

Informationen für die Stillzeit:

- gesund-ins-leben.de/nachgefragt-stillzeit

Fortbildungsangebote zum Stillen:

- gesund-ins-leben.de/fortbildungen
- <https://gnpi.de/karriere/weiterbildung/qualifikation-laktationsmedizin-und-stillberatung/>

Rechtliches zum Thema Stillen und Beruf:

- gesund-ins-leben.de/rechte
- https://www.mri.bund.de/de/NSK/Stillen_und_Berufstaetigkeit
- <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/service/publikationen/leitfaden-zum-mutterschutz-73756>
- <https://www.nationalestillfoerderung.de/fileadmin/documents/Broschuere-Weltstillwoche-2023.pdf>