



nationale stillkommission

Stellungnahme
vom 27.04.2026

Rouw, E.; Abou-Dakn, M.; Hock, S.; Libuda, L.; Ensenaer, R.;
im Namen der Nationalen Stillkommission

Definitionen zum Stillen 2026



Definitionen zum Stillen 2026

1.) Definitionen der Nationalen Stillkommission (NSK) in Deutschland

Die Mitglieder der NSK empfehlen nachfolgende Definitionen zum Stillen und zur Ernährung mit Muttermilch und Frauenmilch. Sowohl die bisher in wissenschaftlichen Studien und der Literatur üblichen Definitionen als auch die aktuelle internationale Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) wurden hierbei einbezogen und berücksichtigt.

Ziel der Definitionen ist es, den Effekt der Muttermilch- bzw. Frauenmilchernährung darstellen zu können. Daher wird unter dem Begriff „Stillen“ auch Muttermilch bzw. Frauenmilch, die nicht an der Brust gegeben wird, subsumiert.

- **Ausschließliches Stillen** (*exclusive breastfeeding*)

Das Kind wird ausschließlich mit Muttermilch oder Frauenmilch ernährt. Es erfolgt keine Zufuhr anderer Nahrung oder Flüssigkeiten. Ausnahmen sind lediglich Medikamente und Supplemente (Vitamin- oder Mineralstoffpräparate). Nach WHO (2021) wird beim Begriff „ausschließliches Stillen“ nicht zwischen Muttermilch und Frauenmilch sowie zwischen Stillen an der Brust und dem Füttern von Mutter- beziehungsweise Frauenmilch mit der Flasche oder anderen Fütterungsmethoden unterschieden.

- **Ausschließliche Muttermilchernährung**

Das Kind erhält nur Muttermilch der eigenen Mutter, an der Brust und/oder gefüttert mit der Flasche oder anderen Fütterungsmethoden.

- **Frauenmilchernährung**

Als Frauenmilch ist die Milch von anderen Frauen als der eigenen Mutter definiert.

- **Vorwiegendes Stillen** (*predominant breastfeeding*)

Das Kind erhält vorwiegend Muttermilch oder Frauenmilch. Gelegentlich werden Flüssigkeiten wie Wasser oder Tee zugeführt. Supplemente und Medikamente können ebenfalls gegeben werden. Andere Arten von Milchen, Muttermilchersatznahrung oder Beikost werden nicht gefüttert.

- **Volles Stillen** (*full breastfeeding*)

Volles Stillen ist eine Sammelbezeichnung, zu der zwei Teilgruppen zählen: Ausschließlich gestillte Kinder plus vorwiegend gestillte Kinder.

- **Teilstillen** (*partial breastfeeding*)

Das Kind erhält Muttermilch oder Frauenmilch und zusätzlich Muttermilchersatznahrung (Formula) oder Beikost.



2.) Definitionen der WHO/UNICEF

Die Definitionen dieser vier Stillformen (ausschließliches, vorwiegendes bzw. volles Stillen oder Teilstillen) **als konzeptionelle** Kategorien sind inhaltlich nach den durch die WHO angepassten Definitionen gleichgeblieben. Allerdings hat die WHO / United Nations Children's Emergency Fund (UNICEF) 2021 vorwiegendes Stillen (und damit auch volles Stillen) als **Erhebungsindikatoren** aus dem Indikatorenset gestrichen, da es für großangelegte Surveys als zu komplex gilt. Für weltweite Erhebungen der Kinderernährung und Untersuchungen möglicher gesundheitlicher Effekte empfiehlt die WHO / UNICEF Indikatoren zum Stillen, zur Beikost sowie sonstige Indikatoren (zum Beispiel Fütterung mit der Flasche von 0-23 Monaten). Nachfolgend werden Indikatoren mit direktem Stillbezug aufgeführt:

- **Indikator 1: Jemals gestillt (ever breastfed, EvBF):** Prozentualer Anteil der in den letzten 24 Monaten geborenen Kinder, die *jemals gestillt* wurden. Zu diesem Indikator empfiehlt die Initiative Babyfreundlich (BFHI) Deutschland auch, die **Kolostrumgabe vor dem Abstillen** zu berücksichtigen: Mütter, die sich für ein Abstillen vor Entlassung entscheiden, aber ihrem Neugeborenen noch ein- oder mehrmals das vorhandene Kolostrum geben.
- **Indikator 2: Frühes Anlegen nach der Geburt (early initiation of breastfeeding, EIBF):** Anteil der in den letzten 24 Monaten geborenen Kinder, die *innerhalb einer Stunde nach der Geburt an die Brust gelegt* wurden.
- **Indikator 3: Ausschließlich gestillt in den ersten zwei Tagen nach der Geburt (exclusively breast-fed for the first two days after birth, EBF2D):** Prozentualer Anteil der in den letzten 24 Monaten geborenen Kinder, die *in den ersten zwei Lebenstagen ausschließlich mit Muttermilch oder Frauenmilch ernährt* wurden.
- **Indikator 4: Ausschließliches Stillen unter 6 Monaten (exclusive breastfeeding under six months, EBF):** Anteil der Säuglinge im Alter von 0 bis < 6 Monaten, die *am Vortag ausschließlich mit Muttermilch oder Frauenmilch ernährt* wurden.
- **Indikator 5: Gemischte Milchernährung unter sechs Monaten (mixed milk feeding, MixMf):** Prozentsatz der Säuglinge im Alter von 0 bis < 6 Monaten, die *am Vortag zusätzlich zur Muttermilch oder Frauenmilch Muttermilchersatznahrung und/oder Tiermilch erhalten* haben.
- **Indikator 6: Weiteres Stillen 12–23 Monate (continued breastfeeding 12- 23 months, CBF):** Anteil der Kinder im Alter von 12–23 Monaten, die *am Vortag Muttermilch oder Frauenmilch erhalten* haben.



**nationale
stillkommission**

Referenzen

1. WHO (2025). *Infant and young child feeding: model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals, second edition.*
2. WHO (2003). *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*
3. WHO and UNICEF (2021). *Indicators for assessing infant and young child feeding practices: definitions and measurement methods.* Geneva
4. WHO/UNICEF Initiative Babyfreundlich (BFHI) (2025). *Versorgungsqualität in babyfreundlichen Kliniken – Kennzahlen 2024*

Die Nationale Stillkommission ist ein unabhängiges, interdisziplinäres Expertengremium, das wissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema Stillen und Muttermilchernährung zusammenführt und bewertet. Sie berät Politik, Fachkreise und Institutionen mit evidenzbasierten Stellungnahmen. Die Kommission analysiert Rahmenbedingungen des Stillens und entwickelt fachliche Stellungnahmen und praxisnahe Empfehlungen. So trägt sie dazu bei, Wissen und Forschungsergebnisse wirksam umzusetzen und die Gesundheit von Müttern und Säuglingen zu fördern. Sitz der Nationalen Stillkommission ist am Max Rubner-Institut.

Nationale Stillkommission

Max Rubner-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel

Haid-und-Neu-Straße 9

76131 Karlsruhe

Telefon: +49 721 6625 – 617

stillkommission@mri.bund.de

www.mri.bund.de/de/nationale-stillkommission