
Pressemitteilung des DIÄTVERBANDES zur veröffentlichten S3-Leitlinie Stilldauer und Interventionen zur Stillförderung

Bonn, März 2026 – Mit der am 18. Februar 2026 veröffentlichten S3-Leitlinie „Stilldauer und Interventionen zur Stillförderung“¹ der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen medizinischen Fachgesellschaften liegt in Deutschland erstmals eine evidenzbasierte Empfehlung zur Stilldauer vor.

Die Leitlinie empfiehlt, reifgeborene Säuglinge bis zum vollendeten sechsten Lebensmonat ausschließlich bzw. überwiegend zu stillen. Die Gesamtstilldauer soll mindestens zwölf Monate betragen. Diese Empfehlungen geben wichtige fachliche Orientierung. Sie können jedoch nicht die individuelle Entwicklung und Reife des einzelnen Säuglings für den Beginn der Beikostphase ersetzen.

Unterschiedliche Auffassungen innerhalb der Fachgesellschaften

Die in der Leitlinie dokumentierten Sondervoten einiger Fachgesellschaften zeigen, dass für einzelne Empfehlungen kein uneingeschränkter wissenschaftlicher Konsens besteht.

Der DIÄTVERBAND erkennt die besondere Komplexität der Diskussion um die optimale Stilldauer ausdrücklich an. Die Bewertung dieses Themas bewegt sich im Spannungsfeld zwischen wissenschaftlicher Evidenz, gesundheitspolitischen Zielsetzungen und gesellschaftlichen Erwartungen. Die Sondervoten einzelner Fachgesellschaften spiegeln dieses Spannungsfeld wider. Eine effektive Stillförderung setzt jedoch voraus, dass alle relevanten Akteure die Empfehlungen mittragen und in der Praxis vertreten können.

Wenn maßgebliche pädiatrische Verbände öffentlich Zweifel an einer starren Mindeststilldauer von sechs Monaten äußern, stellt sich die Frage nach der praktischen Umsetzbarkeit im Versorgungsalltag.

Unsicherheiten beim methodischen Vorgehen

Die Leitlinie basiert überwiegend auf Beobachtungsstudien, da randomisierte kontrollierte Studien zur Stilldauer aus ethischen Gründen kaum durchführbar sind. Beobachtungsdaten liefern wertvolle Hinweise, erlauben jedoch nur eingeschränkt kausale Schlussfolgerungen.

Der zugrunde gelegte Evidenzgrad wird in der Leitlinie selbst überwiegend als „niedrig“ oder „sehr niedrig“ eingestuft. Vor diesem Hintergrund ist sorgfältig abzuwägen, ob eine substanzielle Abweichung von bisherigen nationalen Empfehlungen wissenschaftlich hinreichend abgesichert ist. Die bisherigen und von einem allgemeinen wissenschaftlichen Konsens getragenen Stillempfehlungen der Nationalen Stillkommission oder des Netzwerkes Gesund ins Leben werden in Frage gestellt.

Widerspruch zur Leitlinie „Allergieprävention“ 2022

Die aktuelle „S3-Leitlinie Allergieprävention“ empfiehlt ausschließliches Stillen für 4 - 6 Monate sowie eine vielfältige Beikosteinführung entsprechend der individuellen Reife des Säuglings. Die starre Empfehlung, in den ersten sechs Lebensmonaten ausschließlich zu stillen, steht somit im Widerspruch zu den allergiepräventiven Empfehlungen, insbesondere vor dem Hintergrund randomisierter Studien, die bei früherer Einführung potenziell allergener Lebensmittel (z. B. Ei, Erdnuss) eine Reduktion von Nahrungsmittelallergien zeigen konnten.

Hier besteht aus Sicht des DIÄTVERBANDES Klärungsbedarf, um widersprüchliche Botschaften gegenüber Eltern und Fachkreisen zu vermeiden.

¹ Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e. V., Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V., Deutsche Gesellschaft für Hebammenwissenschaft e. V.: S-3 Leitlinie Stilldauer und Interventionen zur Stillförderung, Version 1.0, Datum, Registernummer 027-072, 2025, verfügbar unter: <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/027-072>

Internationale und europäische Einordnung

Eine pauschale Übertragung globaler Empfehlungen im Sinne eines „*One size fits all*“-Gedanken auf nationale Gesundheitskontexte wird den unterschiedlichen Realitäten einiger Länder nicht immer gerecht.

Internationale Empfehlungen, wie der WHO, orientieren sich häufig an Herausforderungen wie Infektionsprävention, hygienischen Bedingungen oder einer eingeschränkten Versorgung. In Deutschland und anderen europäischen Industrieländern stehen hingegen andere Aspekte wie die Allergieprävention oder individuelle Ernährungsvielfalt stärker im Vordergrund.

Nach einer ESPGHAN-Erhebung² befürworten 82 % der nationalen Empfehlungen in Europa einen Beikostbeginn vor dem siebten Lebensmonat (meist nach dem 4. - 6. Monat). Empfehlungen zur Stilldauer sollten daher stets im jeweiligen nationalen Kontext interpretiert und analysiert werden.

Psychosoziale Aspekte und Lebensrealitäten von Familien

Stillen ist die beste Ernährung für das Baby und zugleich eine individuelle Entscheidung von Familien, die von einer Vielzahl von persönlichen, gesundheitlichen und sozialen Faktoren beeinflusst wird. Eine strikte Regelung erst ab dem siebten Lebensmonat Beikost zu füttern, zieht sozialen Druck auf Familien nach sich und verstärkt bereits bestehende Belastungssituationen von Familien.

Neben der Förderung des Stillens muss gleichermaßen sichergestellt sein, dass alle Säuglinge, unabhängig von der Ernährungsform, zuverlässig, sicher und wissenschaftlich fundiert versorgt werden. Industriell hergestellte Säuglingsnahrung unterliegt in Deutschland und Europa strengen regulatorischen Vorgaben und stellt eine geeignete und sichere Alternative dar, wenn Stillen nicht möglich oder nicht gewünscht ist.

Bonn, März 2026

² Koletzko, B., Hirsch, N. L., Jewell, J. M., Dos Santos, Q., Breda, J., Fewtrell, M., & Weber, M. W. (2020). National Recommendations for Infant and Young Child Feeding in the World Health Organization European Region. *Journal of pediatric gastroenterology and nutrition*, 71(5), 672–678. <https://doi.org/10.1097/MPG.0000000000002912>