

«Das Stillen ist und bleibt eine Kunst»

Adobe Stock

Verena Marchand ist im April dieses Jahres in Bern verstorben. Die aussergewöhnliche Person und Pionierin fürs Stillen hat in der Schweiz praktisch sämtliche Stillberater*innen ausgebildet. Im folgenden Gespräch, das Marie Noël de Tilly, Pflegefachfrau IBCLC und Co-Leiterin im CAS Stillen an der Hochschule für Gesundheit Freiburg im Januar für die «Obstetrica» mit Verena Marchand führte, lässt sie uns zum letzten Mal an ihren reichen Erfahrungen im Bereich der Stillberatung teilhaben – für den Schweizerischen Hebammenverband ist die Publikation des Gesprächs eine Gelegenheit, Verena Marchand und ihre Arbeit zu würdigen.

INTERVIEW:
MARIE NOËL
DE TILLY

Marie Noël de Tilly: Was hat dich dazu motiviert, zunächst für die La Leche League (LLL) und dann als IBCLC-Stillberaterin zu arbeiten?

Verena Marchand: Es sind meine Kinder und meine persönlichen Erfahrungen beim Stillen. Ich kann nicht viel mehr sagen als das: Während der beiden Stillzeiten spürte ich, «da gibt es etwas, was beim ersten Stillen nicht funktioniert und beim zweiten funktionieren könnte». Zwischen den beiden Stillzeiten hatte ich Kontakte mit der Schweizer LLL. Insbesondere mit der ersten Beraterin, die hier in der Schweiz zu arbeiten begann, Christina Hurst. Sie hatte einen Artikel in der Zeitschrift «Wir Eltern» geschrieben. Als ich diesen Artikel über das Stillen las, befand ich mich mit meinem Erstgeborenen in einer Situation, in der ich das Stillen – nach einer Zeit der Schwierigkeiten und des «gemischten Stillens» (das hiess für mich damals «Stillen und Abpumpen», später verstand ich, dass es etwas Anderes bedeutete) – wiederaufgenommen hatte. Mein Arzt hatte mir gesagt: «Aber Madame

Marchand, nach sechs Monaten stillt man doch nicht mehr!». Und da begann ich zu kämpfen, weil ich verstand, dass das Stillen nur mich, meinen Sohn und meinen Mann etwas anging – und niemanden sonst. Ich fand dann einen Weg, sehr lange zu stillen, bis ins zweite Lebensjahr meines Sohns. Ich war auch froh, ihm meine Milch geben zu können, als er sehr krank war. Das gehörte zu den wenigen Schlüsselmomenten in meinem Leben, in denen ich dachte: «Da gibt es etwas, das mit dem Stillen zu tun hat.» Ich nahm also mit dieser ersten Stillberaterin Kontakt auf. Sie sagte mir: «Wie bitte? Sie rufen aus Bern an und stillen seit 15 Monaten? Gründen Sie eine LLL-Gruppe! Ich schicke Ihnen ein Buch, «Das Handbuch für die stillende Mutter»¹, und eine Broschüre! Sie sind herzlich willkommen!»

¹ Von der La Leche League herausgegebenes Buch, in mehrere Sprachen übersetzt und den verschiedenen Ländern, in denen die LLL vertreten ist, angepasst.

Und da mein Wunsch, als Lehrerin zu arbeiten, zu jenem Zeitpunkt nicht umsetzbar war, ging ich es auf andere Art an. Ich begann 1978 mit einer Gruppe von sieben Müttern, die ich abends bei mir zu Hause empfang, und diese Gruppe vergrösserte sich bis zu 40 Personen pro Monat. Dann bildete ich weitere Stillberaterinnen aus, um neue «Baby-Gruppen» ins Leben zu rufen. Ich komme weder aus der Pflege noch aus der Medizin, ich bin mit Leib und Seele Lehrerin, daher motivierten mich das Leiten einer Gruppe, das Lesen von Büchern und das Lernen sehr. Und so begann ich, mich mit dem Stillen zu befassen.

Zehn Jahre arbeitete ich zu fast 100 % als Stillberaterin für die LLL: Telefongespräche von morgens bis abends, inklusive am Sonntag. Wir mussten Statistiken erstellen, und ich kann heute sagen, dass ich Tausende von Kontakten mit Müttern hatte, die ein Gespräch oder eine Antwort auf eine Frage wünschten. Zu jener Zeit gab es nur das Telefon: kein

Internet, keine sozialen Medien. Es war also wichtig, den Kontakt am Telefon und in den Gruppen zu pflegen. Wir waren acht Beraterinnen, als ich anfang, und wir erhielten Telefonanrufe aus der ganzen Schweiz.

Zwischen meinen Kindern lagen vier Jahre (1976 und 1980), und beim zweiten Kind hatte ich das Glück, nach Bedarf stillen zu können. 1976 war das nicht möglich, da stillte man alle vier Stunden. Bei meiner Tochter war ich es, die darauf drängte, diesen strikten Zeitplan zu durchbrechen und sie nachts im Spital bei mir behalten zu können. Ich habe also zwischen meinen beiden Stillzeiten enorme Veränderungen erlebt, die ich ein wenig vortreiben musste. Doch ich glaube auch, dass die Gesellschaft damals reif war für das Stillen, mit einer Art Rückkehr zur Natur.

Eine grosse Veränderung ergab sich dann auch in der Wissenschaft, die ganz langsam begriff, dass Muttermilch einen Wert hat. Ich mache hier ganz bewusst einen Unterschied

zwischen dem Wert der Muttermilch und dem Wert des Stillens: Für die Wissenschaft und die Ärzte sind die Vorteile des Stillens schwerer zu verstehen als die Werte der Milch und ihrer Bestandteile ...

Hast du nicht den Eindruck, dass sich die Voraussetzungen heute mit den Erkenntnissen aus den Neurowissenschaften, dem Wissen über das Oxytocin und dem Kontakt mit dem Baby zu ändern beginnen?

Ja, aber zu Beginn nicht. Ich möchte kurz ausholen: Wenn ich mich nicht täusche, sind zwischen 50 und 60% der Medizinstudent*innen Frauen. Ich glaube, dass die Situation mit der Feminisierung der medizinischen Berufe ändern wird. Es gab schon Veränderungsansätze mit dem Bonding usw. All das beginnt in die Köpfe einzudringen, aber am Anfang ging es um die harte, klare, sichtbare Wissenschaft.

Was hat sich deiner Meinung nach in der Haltung gegenüber dem Stillen am meisten verändert, seit du die Mütter und ihre Babys begleitest?

Ich glaube, die grosse Veränderung kommt nicht von der Wissenschaft, der LLL und auch nicht von uns Stillberater*innen: Es sind die Mütter selber, die gemerkt haben, dass das Stillen einen Wert hat und uns die Möglichkeit gibt, mit dem eigenen Kind einen Kontakt aufzubauen, der ein Leben lang wirken wird. Ich habe in der ganzen Schweiz Kurse gegeben und kenne viele Geburtskliniken, in denen ich unterrichtet habe oder als Unicef-Expertin (für das Label «Babyfreundliches Krankenhaus») tätig war. Die Gespräche mit Pflegefachfrauen, Ärztinnen/Ärzten und Hebammen haben mir gezeigt, dass das, was ich sagte, niemals das gleiche Gewicht haben würde wie das direkte Gespräch mit einer Mutter, und die gemeinsame Suche nach der Veränderung, die sie braucht und die sie vielleicht sogar an die Ärztin oder den Arzt oder ans Krankenhaus herantragen wird. Hier erkannte ich den Wert des Gesprächs von Mutter zu Mutter, ausserhalb jeglicher Hierarchie, und hier erkannte ich auch die Kunst des Stillens: Das ist etwas, was eine Mutter in sich trägt.

Willst du damit sagen, dass das, was eine Stillexpertin wie du einer Fachperson aus dem Gesundheitsbereich sagte, weniger Wert hatte als das, was eine Mutter bei ihrer Suche nach einer Lösung für das Stillen bezeugen konnte?



Verena Marchand und das Stillen in der Schweiz: Sieben Schlüsseldaten

- 1976:** Geburt ihres Sohns.
- 1978:** Verena gründet eine erste Gruppe der La Leche League in Bern.
- 1980:** Geburt ihrer Tochter.
- 1987:** Verena initiiert die Organisation einer ersten Prüfung des *International Board of Lactation Consultant Examiners* in der Schweiz, Deutschland und Österreich.
- 1992:** Einführung der Ausbildung zur Stillberaterin *International Board Certified Lactation Consultant* (IBCLC) in der Schweiz, auf Deutsch (ab 1997 auch auf Französisch) im Rahmen des Verbands Europäischer Laktationsberaterinnen, der zum Europäischen Institut für Stillen und Laktation wurde².
- 1995:** Beginn der Tarifverhandlungen mit den Krankenkassen, um die Stillberatung durch Stillberater*innen IBCLC als Leistung der obligatorischen Krankenversicherung abrechnen zu können.
- 1999:** Nach vierjährigen, intensiven Verhandlungen an der Seite des Schweizer Berufsverbands der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner für die Anerkennung des Wertes der Arbeit der Stillberater*innen unterzeichnet Verena den Tarifvertrag mit den Krankenkassen. Die Schweiz ist nun das erste Land in Europa, das im ersten Lebensjahr des Säuglings drei Stillberatungen durch die Grundversicherung abdeckt.
- 1999:** Verena gründet den Berufsverband Schweizerischer Still- und Laktationsberaterinnen³.

Weitere Informationen unter www.stillen.ch

² www.stillen-institut.com

³ www.stillen.ch

Wenn es um Nachweise geht, ja. Wenn die Mutter erfolgreich stillen konnte, trug das zu Veränderungen bei. «Erfolgreich» kann übrigens verschiedene Bedeutungen haben: ein bisschen länger als sechs Wochen stillen, oder eine Mastitis überstehen, ohne das Stillen zu unterbrechen. Es gab eine Zeit, in der eine Mastitis ein Grund zum Abstillen war. Und es waren die Mütter, die – mit unserer Unterstützung – den Mut hatten, zu zeigen, dass es dennoch klappte. Ich sehe mich noch, wie ich mit Müttern zum Arzt ging. Ich schwieg und die Mütter erklärten, wie es funktionieren könnte. Ich bin überzeugt, dass in Müttern eine grosse Kraft steckt!

Sich auf dem neusten Stand der Wissenschaft zu halten gehört zum Verhaltenskodex der IBCLC. Wie konntest du dich als Vielbeschäftigte ständig über die Entwicklungen im Bereich des Stillens auf dem Laufenden halten? Kannst du uns neben den vielen Büchern und der Fachliteratur, die du uns im Unterricht auch immer zur Verfügung stelltest, noch weitere Quellen verraten?

Ganz am Anfang, als ich die Leitung für diese Ausbildung in der Schweiz übernahm, die seit mehr als 30 Jahren besteht – worauf ich stolz bin! – war ich fast die einzige Ausbilderin, doch das war kein Problem: Nach zehn bis fünfzehn Jahren Tätigkeit mit Müttern hatte ich im direkten Kontakt tausend Dinge gelernt und erlebt, und das gab mir die Grundlage zu glauben, dass ich dank des Wissens, das mir die Mütter vermittelt hatten, etwas zu sagen hatte. Das half mir, diese Ausbildung weiterzuentwickeln: Doch wer, ausser mir und den Beraterinnen um mich herum, hätte etwas zu sagen gehabt? Ich wusste mit der Zeit, dass die Medizinstudentinnen und -studenten kein Ohr für das Stillen hatten. Sehr früh begann ich an der Hebammenschule in Bern zu unterrichten (im Jahr 1979), und in den Jahrzehnten, in denen ich dort war, sah ich, was die Hebammen bei mir lernten: Ich hatte mein eigenes Wissen aufgebaut.

Und was sehr wichtig war: In meinem Leben als Stillberaterin und Direktorin des Europäischen Instituts für Stillen und Laktation fand ich Lehrkräfte und Personen, die in der Lage waren, Informationen zu finden, von denen ich nichts verstand. Eine Brust oder die Anatomie, das ist lernbar. Aber was um diese Brust herum ist, davon hatte ich keine Ahnung. Von all diesen Fachkräften, die über all die Jahre geblieben sind, lernte ich



Anne Marchand

«Eine Ausbildung, die Kopf, Herz und Hand anspricht.» Verena Marchand

viel. Letztlich war eure Ausbildung meine Weiterbildung. Das IBCLC-Zertifikat zwingt einen, sich zu informieren: Alle fünf Jahre muss man zeigen, was man weiss. Ich wurde siebenmal zertifiziert, das hat mich auch gezwungen zu lernen. Meine Quellen seid auch ihr, die Fachfrauen.

Ich bin stolz darauf, dass ich Menschen gefunden habe, die diese Ausbildung und Arbeit (zum Beispiel mit der Einführung des CAS Stillen an der Hochschule Freiburg) weiterführen. Was will man mehr? Mein Wissen ermöglichte es mir zu Beginn, die Ausbildung zu starten. Heute weiss ich, dass es nicht mehr ausreicht. Mein Spezialgebiet ist nun die Kommunikation, und in diesem Bereich kann ich den Studierenden noch etwas bieten ...

In unserer Ausbildung vermittelst du uns natürlich Wissen, aber auch soziale Kompetenz. Ich hatte immer den Eindruck, dass die Stillberater*innen in der Schweiz etwas Besonderes sind, weil du uns dazu geformt hast, den Müttern zuzuhören, uns um sie zu kümmern und sie die Lösungen aus sich selbst heraus finden zu lassen. Für mich ist es dein schönstes Vermächtnis, dass du uns gelehrt hast, mit den Müttern zu sein. Welche Werte sind dir bei der Stillbetreuung am wichtigsten, und welche Qualitäten sollte eine Stillberaterin/ein Stillberater mitbringen?

Also erstens: Ich habe manchmal ein bisschen geschummelt! Bei jedem Kurs, bevor ihr kamt, nahm ich mir bewusst Zeit, um den Raum einzurichten, damit ich mich wohlfühlte. Mit den Müttern ist es ebenfalls wichtig, im Voraus eine gute Atmosphäre zu schaffen. Bei euch Studierenden war es wichtig, dass

ihr gleich beim Hineinkommen spürtet: «Ich bin willkommen, ich fühle mich wohl, es gibt etwas, das mir ein Sicherheitsgefühl vermittelt, hier herrscht eine Atmosphäre, die mir Lust gibt, mich in diesem Raum einzubringen.» Noch heute ist es mir ein grosses Bedürfnis, eine offene Atmosphäre zu schaffen. Für mich ist es wichtig, an einem Ort zu sein, an dem ich mich wohlfühle. Erst dann öffne ich mich, und wenn ich mich öffne, kann ich besser aufnehmen. Das sind die Schlüsselworte: Aufmerksamkeit, Neugier, Interesse. Wenn man das einem Gegenüber weitergeben kann, fühlen sich die Mutter, das medizinische Fachpersonal, die Studierenden ebenfalls angehört und wohl, auch wenn sie sich über etwas austauschen, das sehr intim ist. Das möchte ich meinen Studentinnen und Studenten vermitteln.

Und zweitens: Seid zurückhaltend mit eurem Wissen. Ich habe ein Bild dafür: Wenn ihr eine Ausbildung bei uns macht, füllt sich eurer Rucksack nach und nach mit Informationen (vor allem mit Studien, da heute alles «evidence-based» sein muss). Das ist gut so, doch weshalb in einem Gespräch mit einer Mutter dann den Eindruck vermitteln, ihr wüsstet alles und könntet die Mutter nun mit eurem Wissen zudecken? Das meine ich damit: diskret und zurückhaltend sein und sich auf Augenhöhe mit der Klientin begeben. Die wichtigen Dinge sind doch die Atmosphäre, das Interesse, das Zuhören, die Neugier und das Gespräch auf Augenhöhe.

Der offizielle Titel heisst Stillberaterin. Du hast immer grossen Wert gelegt zu unterscheiden zwischen der Begleitung und Beratung. Kannst du erklären weshalb?

Die Begleiterin muss die Fähigkeit haben, eine Atmosphäre zu schaffen, in der die Mutter eine eigene Lösung finden kann. Wir ebenen den Weg zur Kreativität der Mutter. Oder wir öffnen die Tür und flüstern ihr zu: «Mama, sei kreativ, wie könntest du dein Problem lösen?» Als Begleiterin sage ich nicht «Ich weiss, wie's läuft: Stillen Sie drei Tage lang alle zwei bis drei Stunden, das erhöht die Milchproduktion», sondern: «Ihr Körper reagiert: Je öfter Sie das Kind ansetzen, desto mehr Milch wird produziert. Wie könnten Sie das erreichen?». Begleiten ist ein bisschen wie «kitzeln» und die Mutter fragen «Was können Sie tun?» Möglicherweise braucht es Anpassungen, wenn sie drei Kinder hat oder einen Mann, der dagegen ist, weil er Eifersucht verspürt, wenn sie ihr Kind dauernd an der Brust hat usw.. Dann sage ich ihr: «Sie sprechen von Ihrem Mann. Möchten Sie, dass er Sie einmal zur Stillberaterin begleitet?» Sprecht mit der Mutter, gebt nicht einfach Ratschläge. Doch aufgepasst: Es gibt Momente, in denen man Klartext reden muss, wenn es sich um medizinische Fragen handelt. Dann muss man sich genau an bestimmte Vorgaben halten und sie klar vermitteln. Doch ansonsten ist es wichtig, kreativ zu sein, um ein Problem zu lösen. Ich wünsche mir, dass die Stillberater*innen dies noch ein ganzes Jahrhundert lang erkennen!

Das macht mir heute ein bisschen Angst: Das Leben ist schneller geworden, und ich bete dafür, dass die Stillberater*innen wissen und sehen, dass eine Beratung ihre Zeit braucht. Nur so kann man zu einer Lösung kommen, die nicht von oben nach unten verordnet wird, sondern von der Mutter selber kommt. Sie wird sie in die Tat umsetzen. Wenn ich aber sage «man muss das so oder so machen», ist das wie ein ärztliches Rezept und führt nicht zum selben Ergebnis. Das nenne ich eine wahre Stillbegleitung, in einer partnerschaftlichen, familiären Atmosphäre, ohne Hierarchie.

Welche Zukunft siehst du für den Beruf der IBCLC? Und für das Stillen?

Das würde ich dir gerne sagen, wenn ich eine Kristallkugel hätte! Ich habe keine so klaren Vorstellungen.

Vielleicht kann ich Folgendes weitergeben: Wir entwickeln uns mit unserem Wissen weiter, doch wir müssen immer daran denken, dass die Industrie im Hintergrund bereitsteht. Das Stillen hilft gegen Allergien? Schwupp, schon bringt die Industrie die hypoallergene Milch heraus. Immer mehr Müt-

ter arbeiten und nehmen ihre Arbeit früh wieder auf, alles geht schneller: Das Gesetz sieht eine halbe Stunde fürs Stillen vor, um das Kind anzusetzen. Doch eine halbe Stunde reicht kaum, also braucht es Milchpumpen. Hier kommt die Industrie ins Spiel, und am Ende werden Milchpumpen erfunden, die man in den Büstenhalter hängen kann. Man sitzt vor dem Computer, erledigt den Haushalt, und bekommt am Ende zwei Deziliter Milch. Doch Achtung, ich bin nicht unbedingt gegen all das. Die Milchpumpe war während Monaten meine beste Freundin, und sie hat mich dahin gebracht, wo ich heute bin: Ich habe meinen Beruf wegen einer Milchpumpe gewechselt! Und ich bin glücklich, wenn ich einer Mutter sagen kann, welche Hilfen es für sie gibt. Doch man sollte diese Überlegungen einfach im Hinterkopf behalten.

Abschliessend möchte ich mein Anliegen wiederholen: Bei der Mutter sein, ihr Zeit, Sicherheit, Geborgenheit, ein Nest geben. Wenn das in der Zukunft so bleiben könnte, in

unserer schnelllebigen Zeit, dann wäre das einer meiner Wünsche für die Zukunft. Ich bin überzeugt: Das Stillen ist und bleibt eine Kunst. Im Grunde genommen ist das Stillen unsere Basis, unsere Wurzel, es ist da, seit wir auf der Welt sind: Dem Stillen verdanken wir, dass wir hier sind. ☺

Übersetzung aus dem Französischen von Claudine Kallenberger.

INTERVIEW MIT



Verena Marchand,
Stillberaterin IBCLC, Erwachsenenbildnerin



Nachruf Verena Marchand 1. Mai 1950 – 12. April 2022

Ich habe Verena kennengelernt, als ich vor rund neun Jahren an der Berner Fachhochschule Gesundheit in der Weiterbildung für Hebammen tätig war. Zusammen haben wir die Überführung der Ausbildung zum/zur Stillberater*in IBCLC an die Fachhochschule ausgetüftelt, umgesetzt und die ersten CAS-Studiengänge gemeinsam geleitet. Ich habe Verena als weise, mutige und ausserordentlich liebevolle Frau kennengelernt. Eine «Grande Dame des Stillens» war sie für mich, bescheiden im Auftreten, obwohl sie so viel zu sagen hatte, und eine Ästhetin mit viel Liebe zu Farben, Blumen und Tieren. Verena hat mich immer wieder mit ihrem grossen Wissen beeindruckt, und ich habe, so wie viele Hebammen auch, viel von ihr lernen können. Verenas feiner Humor hat die manchmal sehr intensiven Unterrichtsstunden aufgelockert und ihr Fundus an Bildern und Praxisbeispielen war einfach immens. Neben allem Power hatte Verena aber auch eine sehr verletzbare, zarte Seite, die von aussen nicht so sehr wahrnehmbar war. Fein wie ein Schmetterling kam sie mir manchmal vor, den heftigen Stürmen des Lebens ausgesetzt.

Am frühen Morgen des 12. Aprils ist Verena nach langer, schwerer Krankheit für immer eingeschlafen. Im Namen des Schweizerischen Hebammenverbandes und aller Hebammen, die Verena persönlich gekannt haben, spreche ich der Trauerfamilie mein herzliches Beileid aus. Verena wird in unserer Erinnerung bleiben. Wir werden ihre Arbeit weiterführen, zusammen mit den Still- und Laktationsberater*innen das Stillen schützen und Mütter und ihre Familien beim Stillen unterstützen. Und Verena wird uns von irgendwoher lächelnd zuschauen ... davon bin ich überzeugt. Danke, Verena, für Deine Arbeit, für Dein Dasein, für Deine Freundschaft.

Barbara Stocker Kalberer, Präsidentin des Schweizerischen Hebammenverbandes