



Frauen die stillen, bekommen seltener Brustkrebs

Autor: [Carina Rehberg](#)

Fachärztliche Prüfung: [Dr. med. Jochen Handel](#)

Aktualisiert: 31 Oktober 2020

Frauen die Ihre Kleinkinder stillen besitzen ein deutlich niedrigeres Risiko an Brustkrebs zu erkranken. Das Stillen hat auf die Gesundheit der Mütter langfristig äusserst positive Auswirkungen.

Stillen beugt Krebs, Osteoporose und Bluthochdruck vor

Nach einer Studie von Wissenschaftlern der University of North Carolina Chapel Hill (veröffentlicht im Fachblatt Archives of Internal Medicine) besitzen Frauen, die ihre Kleinkinder stillen, ein deutlich niedrigeres Risiko, an Brustkrebs zu erkranken. Abgesehen davon, wie wichtig das Stillen für die seelische und körperliche Entwicklung des Kindes ist, konnte in dieser Studie

nachgewiesen werden, dass das Stillen auch auf die Gesundheit der Mütter langfristig äusserst positive Auswirkungen hat.

Bei Frauen, die ihre Babys stillten, trat ausserdem nicht nur Brustkrebs seltener auf. Auch andere Krankheiten, wie Eierstockkrebs, Osteoporose, Bluthochdruck und verschiedene Herzbeschwerden ereilten stillbegeisterte Frauen weniger häufig als Frauen, die ihre Kinder gar nicht oder nur wenige Monate lang gestillt hatten.

Frauen mit Krebs in der Familie können ihr eigenes Krebsrisiko senken

Die Forscher untersuchten die Krankengeschichten von 60.075 Krankenschwestern, die detaillierte Informationen über ihre medizinische Vorgeschichte und ihr Stillverhalten im Zuge der zweiten Harvard Nurses' Health Study im Jahr 1997 abgegeben hatten. Im Juni 2005 wurde dann das Stillverhalten mit dem Krebsrisiko dieser Frauen innerhalb der letzten acht Jahre verglichen.

Besonders auffallend waren die Ergebnisse, als die Forscher jene Frauen genauer unter die Lupe nahmen, in deren Familien bereits Brustkrebsfälle aufgetreten waren. Von diesen Frauen hatten jene, die ihre Kinder gestillt hatten, ein um 59 Prozent niedrigeres Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, als jene Frauen, die nicht gestillt hatten.

Kinderreichtum und langes Stillen senken Brustkrebsrisiko

Schon im Jahre 2002 veröffentlichte die medizinische Fachzeitschrift The Lancet eine Studie zum Thema „[Stilldauer und Brustkrebsrisiko](#)“ und kam zu dem Ergebnis, dass insbesondere die Stilldauer pro Kind das Brustkrebsrisiko signifikant senken konnte. Mit jedem „gestillten Jahr“ nahm das Brustkrebsrisiko der über 150.000 in dieser Studie untersuchten Frauen um 4,3 Prozent ab.

Auch Frauen, die ihre Kinder nie stillten, hatten - abhängig von der Anzahl ihrer Kinder - verschieden hohe Risiken, an Brustkrebs zu erkranken. Bei ihnen sank das Brustkrebsrisiko mit jedem geborenen Kind (wohlgemerkt, auch wenn sie dieses nicht stillten). Allerdings hatten auch die kinderreichsten nichtstillenden Frauen ein mit Abstand höheres Brustkrebsrisiko als Frauen, die weniger Kinder hatten, diese aber viele Monate lang stillten.

Stillen ersetzt Medikamente

“Ich war sehr überrascht,” erzählte die Forschungsleiterin der erstgenannten Studie von 2005, Alison M. Stuebe.

„Es handelt sich um eine wirklich eindrucksvolle Reduzierung des Krebsrisikos.“

Bei anderen Studien waren die familiären Krankheitsgeschichten der Probanden nicht in die Auswertungen mit einbezogen worden, so dass sich meistens nur geringfügige Unterschiede zwischen dem Krebsrisiko von Frauen, die gestillt hatten und jenen, die nicht gestillt hatten, beobachten liessen.“

Allerdings handle es sich bei stillenden Frauen oft auch um Frauen aus höheren Einkommens- und Bildungsschichten, so dass weitere Forschungen zum Einfluss des Stillens auf das Brustkrebsrisiko nötig seien, um auszuschliessen, dass es sich bei den Studienergebnissen auch um einen blossen Korrelationseffekt gehandelt haben könnte, so Alison M. Stuebe.

Sollten sich die Ergebnisse jedoch durch andere Untersuchungen bestätigen lassen, dann könne man das Stillen zur Senkung des Krebsrisikos als genauso effektive Massnahme betrachten wie die Verabreichung von Tamoxifen, einem Medikament, das die Östrogenaktivität im Körper senkt und oft solchen Frauen als krebsvorbeugende Massnahme verschrieben wird, in deren Familien bereits Krebserkrankungen auftraten - mit dem Unterschied, dass Stillen deutlich verträglicher und gesünder ist als östrogensenkende Medikamente.

Quellen

- [The Risks of Not Breastfeeding for Mothers and Infants](#)
- [Long-term maternal benefits of breastfeeding](#)

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker