

20.02.2026, Sankt Augustin

Sechs Monate volles Stillen:

Neue AWMF-S3-Leitlinie zur Stilldauer gibt klare Public-Health-Empfehlung für Deutschland

Mit der Veröffentlichung von Teil 1 der AWMF-S3-Leitlinie „Stilldauer und Interventionen zur Stillförderung“ liegt erstmals eine evidenzbasierte allgemeine Public-Health-Empfehlung zur Stilldauer für Deutschland vor. Sie besagt, dass Säuglinge bis zum vollendeten sechsten Lebensmonat voll gestillt werden sollten. Eine Gesamtstilldauer von mindestens zwölf Monaten wird empfohlen.

Damit schließt sich Deutschland der internationalen Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation an, volle 6 Monate ausschließlich zu stillen. Frühere anderslautende nationale Aussagen gelten mit dieser Leitlinie als überholt.

Die Leitlinie schafft damit eine lang erwartete fachliche Klarheit und eine einheitliche Grundlage für Beratung, Begleitung und öffentliche Gesundheitskommunikation.

An der Leitlinienentwicklung waren zahlreiche medizinische wissenschaftliche Fachgesellschaften, Berufsverbände und Fachorganisationen aus dem Bereich der Stillförderung beteiligt. Die Leitlinie basiert auf einer systematischen Auswertung der verfügbaren Evidenz und einem strukturierten Konsensverfahren.

„Mit dieser Leitlinie ist ein wissenschaftlich fundierter Konsens gelungen. Sie gibt allen Berufsgruppen, die Schwangere, Mütter und Familien begleiten, eine gute Orientierung an die Hand,“ Utta Reich-Schottky, Gesellschafterin und Referentin DAIS, DAIS gUG.

Die AWMF-S3-Leitlinie richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, Hebammen, Pflegefachpersonen, Still- und Laktationsberaterinnen, Ernährungsfachkräfte sowie an Institutionen im Gesundheitswesen. Sie dient zugleich als Referenz für zukünftige nationale Empfehlungen und gesundheitspolitische Entscheidungen im Bereich der Stillförderung.

Die vollständige Leitlinie ist unter 027-072 im Leitlinienregister der AWMF veröffentlicht.
<https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/027-072>