

## Neue S3-Leitlinie veröffentlicht

### Fachgesellschaften verabschieden neue Stillempfehlungen für das erste Lebensjahr

*In der neuen S3-Leitlinie „Stilldauer und Interventionen zur Stillförderung“ haben die beteiligten 26 wissenschaftlichen Fachgesellschaften und Berufsgruppen sowie die Vertreterinnen der Zielgruppe, also der Stillenden nun zwei neue Empfehlungen zur Stilldauer verabschiedet. Die Leitlinie ist im Rahmen der Nationalen Strategie zur Stillförderung entstanden. Koordiniert wurde sie von der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e. V. (DGKJ), der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V. (DGGG) und der Deutschen Gesellschaft für Hebammenwissenschaft e. V. (DGHWi).*

**Berlin, 20. Februar 2026** – Unter Federführung der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin (DGKJ), der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe (DGGG) sowie der Deutschen Gesellschaft für Hebammenwissenschaft (DGHWi) ist die neue S3-Leitlinie „Stilldauer und Interventionen zur Stillförderung“ veröffentlicht worden.

Die Leitlinie empfiehlt, **reifgeborene Kinder in den ersten sechs Lebensmonaten ausschließlich oder überwiegend zu stillen**. Darüber hinaus wird eine **Gesamtstilldauer von mindestens zwölf Monaten** empfohlen.

Die Empfehlungen beruhen auf einer systematischen Literaturrecherche und Bewertung der Evidenz nach dem international anerkannten GRADE-Standard. Insgesamt wurden 30 gesundheitsrelevante Endpunkte bei Mutter und Kind analysiert, darunter kindliche Infektions- und Stoffwechselerkrankungen sowie Aspekte der mütterlichen Gesundheit.

Die Empfehlung zum Vollstillen über sechs Monate erhielt den Empfehlungsgrad B. Die Empfehlung zu einer Gesamtstilldauer von mindestens zwölf Monaten wurde mit dem Empfehlungsgrad A verabschiedet.

Zur Erläuterung: Ausschließliches Stillen bedeutet Ernährung allein durch Muttermilch. Beim überwiegenden Stillen werden zusätzlich lediglich Wasser oder Tee gegeben. Beide Formen werden als Vollstillen zusammengefasst. Teilstillen umfasst die zusätzliche Gabe von Säuglingsanfangsnahrung oder Beikost.

**„Ziel dieser Leitlinie ist es, Eltern und Gesundheitsfachpersonen eine klare, wissenschaftlich fundierte Orientierung zu geben. Trotz aller Konsentierungen und Empfehlungen: Es ist die individuelle Situation von Mutter und Kind, die maßgeblich ist! Zugleich befindet sich dieser Themenbereich in intensiver internationaler Forschung, sodass kontinuierlich mit neuen, wissenschaftlich spannenden Erkenntnissen zu rechnen ist.“**

*Prof. Dr. Regina Ensenaer,  
DGKJ-Leitlinienkoordinatorin*

**„Die systematische Auswertung der verfügbaren Studien zeigt konsistente Hinweise auf schützende Effekte eines ausschließlichen oder überwiegenden Stillens über sechs Monate. Ein halbes Jahr ausschließliches Stillen ist für die meisten reifgeborenen Säuglinge gesundheitlich gut abgesichert. Mit der Empfehlung einer Gesamtstilldauer von mindestens zwölf Monaten unterstreichen wir zudem die langfristige Bedeutung des Stillens für Mutter und Kind!“**

Prof. Dr. Michael Abou-Dakn,  
DGGG-Leitlinienkoordinator

An der Entwicklung der Leitlinie waren insgesamt 26 wissenschaftliche Fachgesellschaften und Organisationen beteiligt. Der erzielte interdisziplinäre Konsens ermöglicht zukünftig eine einheitliche Kommunikation der Empfehlungen in den beteiligten Berufsgruppen – zugunsten der Beratung von Familien. Die vorliegende Veröffentlichung behandelt die beiden zentralen Fragestellungen zur Stilldauer. Empfehlungen zu wirksamen Interventionen zur Stillförderung werden in einem weiteren Schritt veröffentlicht.

**„Mit den Empfehlungen dieser Leitlinie konnte die bisherige Diskrepanz zwischen den WHO-Guidelines und den deutschen Handlungsempfehlungen zur Stilldauer nun aufgelöst werden. Sie schaffen Transparenz und ermöglichen eine einheitliche Beratungsgrundlage. Künftig ist klar: Längeres Stillen bringt gesundheitliche Vorteile für Mütter und ihre Kinder.“**

Prof. Dr. Susanne Grylka,  
DGHWi-Leitlinienkoordinatorin

*Leitlinien sind Handlungsempfehlungen. Sie sind rechtlich nicht bindend und haben daher weder haftungsbegründende noch haftungsbefreiende Wirkung.*

Die vollständige Leitlinienfassung finden Sie [hier](#).

## Pressekontakte

Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ)  
Chausseestr. 128/129  
10115 Berlin  
Telefon: +49 (0)30-3087779 -14  
E-Mail: [presse@dgkj.de](mailto:presse@dgkj.de)  
Internet: [www.dgkj.de](http://www.dgkj.de)

Sara Schönborn | Heiko Hohenhaus | Manuela Rank | Melanie Herberger  
Pressestelle Deutsche Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V.  
Jägerstraße 58-60  
10117 Berlin  
Telefon: +49 (0)30-514 88 3333  
E-Mail: [presse@dggg.de](mailto:presse@dggg.de)  
Internet: [www.dggg.de](http://www.dggg.de)

Deutsche Gesellschaft für Hebammenwissenschaft e.V.  
Geschäftsstelle:  
[geschaeftsstelle@dghwi.de](mailto:geschaeftsstelle@dghwi.de)  
Postanschrift:  
DGHWi e.V.  
Im Neuen Lande 12 b  
31228 Peine