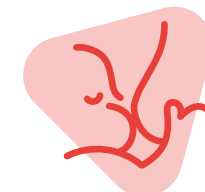


WARUM VERRINGERT DAS STILLEN MEIN BRUSTKREBSRISIKO?

In Anbetracht der Tatsache, dass die meisten Brustkrebsarten hormonabhängig sind, können die positiven Auswirkungen des Stillens durch Veränderungen der Struktur der Brust und eine geringere lebenslange Exposition gegenüber Hormonen bei der Mutter erklärt werden.

Was kann ich tun?



Es wird empfohlen, Babys ausschließlich (keine anderen Lebensmittel oder Getränke) zu stillen, bis sie etwa sechs Monate alt sind. Danach wird empfohlen, parallel zu geeigneten Arten und Mengen anderer Lebensmittel zu stillen.



Je länger Sie stillen, desto geringer ist das Risiko.



Stillen reduziert das Krebsrisiko der Mutter. Stillen Sie Ihr Baby, wenn möglich.

Tipps zum Handeln

- 1 Erfahren Sie mehr über das Stillen und dessen Vorteile während der Schwangerschaft und nach der Geburt.
- 2 Seien Sie sich Ihrer Rechte während der Stillzeit bewusst.
- 3 Stillen Sie und suchen Sie Unterstützung, wenn Sie Schwierigkeiten haben.
- 4 Stillen kann eine Herausforderung sein. Konzentrieren Sie sich auf die Vorteile des Stillens für Sie und Ihr Baby, damit Sie durchhalten.
- 5 Manche Mütter können aus verschiedenen Gründen nicht stillen. Machen Sie sich keine Sorgen, wenn dies bei Ihnen der Fall ist. Es gibt andere Möglichkeiten, Ihr Krebsrisiko zu reduzieren.

Dies ist eine der zwölf evidenzbasierten Empfehlungen im Europäischen Kodex zur Krebsbekämpfung. Weitere Informationen finden Sie unter: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/de/12-moeglichkeiten



Dieses Factsheet wurde von der Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) im Rahmen des BUMPER-Projekts entwickelt. Weitere Informationen zum Projekt finden Sie unter bumper.cancer.eu



Gefördert von der Europäischen Union. Bei den geäußerten Ansichten und Meinungen handelt es sich jedoch nur um diejenigen des/der Verfasser(s) und nicht unbedingt um die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Gesundheit und Digitalisierung (HaDEA). Weder die Europäische Union noch die Bewilligungsbehörde können dafür verantwortlich gemacht werden.

Der Inhalt basiert auf der 4. Ausgabe des Europäischen Kodex zur Krebsbekämpfung. Letzte Aktualisierung Oktober 2024.

