

Muttermilch im Bürokuhlschrank

Stillen am Arbeitsplatz gilt neu als bezahlte Arbeitszeit, doch nicht immer wird auf die Frauen Rücksicht genommen

Viele Mütter haben nach dem gesetzlichen Mutterschaftsurlaub ihr Kind noch nicht abgestillt. Abpumpen am Arbeitsplatz ist dann die einzige Option.

Nadine Jürgensen, Zug

Frauen sagen, es funktioniere ähnlich, wie wenn eine Kuh gemolken werde. Der Trichter der Pumpe wird über die Brustwarze gesetzt, und je nach Ausführung des Geräts wird mechanisch oder von Hand ein Vakuum erzeugt, dessen Sog das Saugen des Säuglings imitiert. Erst tröpfchenweise, dann immer stärker spritzt die Milch aus den Drüsen und perlt vom Trichter durch einen Gummifilter in das Fläschchen. Die körperwarme Milch, je nachdem gibt es pro Brust 50 bis 100 Milliliter, wird für den Rest des Tages im Kühlschrank aufbewahrt. Pro Tag trinkt ein Säugling durchschnittlich zwischen 800 und 1000 Milliliter Muttermilch.

Für Manuela Fleischli und ihre Kolleginnen Martina Kaulitz und Anja Salmen gehört das Abpumpen von Muttermilch zu ihrem Alltag – auch im Büro. Sie arbeiten alle drei Teilzeit beim Reisebüro Globetrotter in Zug. Da sie ihre Kinder fast gleichzeitig geboren haben – Cloé ist 5 Monate alt, Maurice 6 und Maximilian 7 Monate –, sind die drei Frauen direkt nach ihrem Mutterschaftsurlaub zusammen an ihren Arbeitsplatz zurückgekehrt. Um den Job nicht zu verlieren und aus Solidarität zu den Kolleginnen, haben die Mütter auf einen unbezahlten Urlaub, den viele Frauen nach der Geburt eines Kindes in der Schweiz beziehen, verzichtet. Nicht verzichten wollten sie allerdings darauf, ihre Babys weiterhin zu stillen.

«Am liebsten vor dem PC»

Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt, Säuglinge in den ersten sechs Monaten ausschliesslich mit Muttermilch zu ernähren. Dieser Empfehlung haben sich auch die Schweizer Kinderärzte angeschlossen. Ab dem 5. Monat kann zudem der erste Brei gegeben werden. Stillen braucht viel Zeit und Ausdauer. Nicht immer klappt es. Dennoch ist es für viele Frauen wichtig, ihren Kindern die Muttermilch mitzugeben. Die Gründe dafür sind vielfältig, individuell und nicht abschliessend zu benennen. Auch Manuela Fleischli, Martina Kaulitz und Anja Salmen haben unterschiedliche Beweggründe. Die Nähe zum Kind ist es für Anja. Stillen sei so schön und einfach, sagt Martina. Manuelas kleine Tochter macht noch keine Anstalten, Brei zu essen. Und Milchpulver möchte Manuela ihr nicht geben. Cloé trinkt nicht von der Brust, deshalb pumpt Manuela immer ab. Die Gesundheit ihres Kindes ist es ihr aber wert, überall, auch unterwegs und in der Öffentlichkeit, abzupumpen: Obwohl es «etwas extrem Persönliches und Intimes ist», wie sie sagt.

An diesem Mittwochnachmittag in dem kleinen Sitzungszimmer, wo die stillenden Frauen sonst jeweils alleine sind, sitzen sie zu dritt um den Tisch. Sie sind sich einig, dass es für sie keine andere Option gibt, als am Arbeitsplatz abzupumpen, damit sie ihre Babys zu Hause weiterhin stillen können. Das Baby zur Arbeit bringen zu lassen, lässt sich in ihrem Alltag nicht einrichten. Die Kinder sind bei der Grossmutter, einer Tagesmutter oder in der Krippe untergebracht. – Wird der Rhythmus des Stillens von zwei bis vier Stunden unterbrochen, kann es zu schmerzhaftem Milchstau, Entzündungen der Brust und letztlich einem Rückgang der Milchmenge kommen, der dazu führt, dass das Kind dann abgestillt wird. Deshalb müssen Mütter von Säuglingen den Rhythmus auch am Arbeitsplatz einhalten. Dreimal täglich ist die Regel: Ungefähr um 10 Uhr morgens, um 13 Uhr und um 16 Uhr verschwinden sie jeweils im Sitzungszimmer. Da Manuela, Martina und Anja Teilzeit arbeiten, sind sie kaum je gleichzeitig anwesend. Anja hat ihren Maxi-



Dank der Milchpumpe können Mütter, die noch stillen, ihrem Beruf nachgehen.



Damit die Milch nicht schlecht wird, muss sie im Büro gekühlt aufbewahrt werden.

lian mittlerweile abgestillt. Sie erzählt, dass beim ersten Abpumpen überhaupt nichts aus der Brust habe kommen wollen. «Dann habe ich mir alle Videos von meinem Baby auf dem Handy angeschaut, und plötzlich schoss die Milch ein.» So kann die fehlende Nähe zum Kind bisweilen ersetzt werden.

Die Milch wird anschliessend gekühlt aufbewahrt und für den nächsten Tag nach Hause transportiert. Am letzten Arbeitstag vor dem Wochenende wird die Milch eingefroren und dem Kind am nächsten Arbeitstag wieder mit der Babyflasche verabreicht.

Sprüche müssen sich die Frauen von ihren Arbeitskolleginnen – ein reines Frauenteam – manchmal schon anhö-

ren. «Du kannst wirklich jederzeit aufstehen und gehen, wenn du musst», heisst es ab und zu. Anja sagt, das sei aber mehr liebevoll als böse gemeint. Das Team sei sehr unterstützend. Martina stellt sich mit dem Handy einen Wecker, damit sie die Zeiten während der Arbeit nicht vergisst. Manuela denkt manchmal: «nicht schon wieder», wenn sie abpumpen geht. Es ist ihr oft unangenehm, dass sie in den 20 Minuten im Job nicht produktiv ist. «Am liebsten würde ich mit der Maschine direkt vor dem PC sitzen», sagt sie. Wahrscheinlich sei es mehr ein Problem in ihrem Kopf, sagt Manuela, als dass es andere tatsächlich störe. Globetrotter sei als Arbeitgeber sehr grosszügig. Die Frauen

Neue Pflichten für Arbeitgeber

Jü. · Seit dem 1. Juni müssen Arbeitgeber Frauen für die Zeit bezahlen, die sie für das Stillen oder Abpumpen benötigen. So sieht es die revidierte Verordnung zum Arbeitsgesetz vor. Die Stillpausen werden bis zum vollendeten ersten Lebensjahr des Kindes an die Arbeitszeit angerechnet.

Bei einer täglichen Arbeitszeit von bis zu 4 Stunden sind es mindestens 30 Minuten, bei mehr als 4 Stunden mindestens 60 Minuten und bei mehr als 7 Stunden mindestens 90 Minuten. Die benötigte Zeit darf weder vor- noch nachgeholt werden; sie darf auch nicht von anderen Ruhezeiten, wie zum Beispiel Ferientagen, abgezogen werden. Die Mütter haben das Recht, das Kind entweder ausserhalb oder innerhalb des Betriebs zu stillen.

In vielen Fällen pumpen die Frauen die Milch ab. Die Arbeitgeber müssen hierfür einen geeigneten Ruheraum zur Verfügung stellen. Dies kann ein reserviertes Sitzungszimmer, ein eigens dafür eingerichteter Raum oder ein leerstehendes Büro sein.

Die Schweizerische Stiftung für die Förderung des Stillens empfiehlt den Frauen, den Arbeitgeber bereits vor der Rückkehr an den Arbeitsplatz darüber zu informieren, dass sie wünschen, ihr Kind weiterhin zu stillen. Nach Angaben der Stiftung benötigt ein Stillzimmer keine grosse Infrastruktur: Es muss aber abschliessbar sein, Sicht- und Schallschutz bieten, und die Mütter müssen sich darin wohl fühlen und entspannen können. Zusätzlich müssen ein Kühlschrank für das Lagern der Muttermilch und eine Möglichkeit zum Waschen und Trocknen der Brustpumpe vorhanden sein. Die Stiftung hat eine Checkliste mit den wichtigsten Fakten für Arbeitgeber auf ihrer Website zur Verfügung gestellt.

Norina Wihler, Präsidentin von La Leche League, möchte Frauen dazu ermuntern, die ihnen neu zugestandenen bezahlten Stillpausen auch wirklich einzufordern. Gestillte Kinder seien gesünder und weniger krank, was zur Folge habe, dass auch die Mütter weniger krankheitsbedingte Absenzen hätten. Das sei auch für die Arbeitgeber von



Für das Abpumpen sind die Frauen bis zu einer halben Stunde nicht am Platz.



Am nächsten Tag wird die Milch aufgewärmt und verfüttert.

BILDER: SIMON TANNER / NZZ

sagen, es sei nie ein Thema gewesen, ob sie abpumpen dürften. Dass es seit Juni eine neue gesetzliche Regel gebe, wonach die Stillzeit als Arbeitszeit gelte (siehe Zusatztext), habe bei ihnen keinen Unterschied zu früher gebracht.

«Mein Chef hat keine Ahnung»

Andere Erfahrungen hat eine Krankenschwester aus dem Waadtland gemacht. Wegen einer Verschwiegenheitsklausel rund um das Arbeitsverhältnis darf ihr Name nicht in der Zeitung stehen. Obwohl sie vor der Rückkehr an ihren Arbeitsplatz Abklärungen mit ihrer Vorgesetzten vorgenommen habe, sei sie «nicht unterstützt worden», erzählt

sie. Erst nach mehreren Gesprächen mit dem Personalverantwortlichen konnte sie erreichen, dass ihr ein Raum zur Verfügung gestellt wurde. Den Schlüssel dazu habe sie aber jedes Mal vorher holen müssen, und sie musste zusätzlich stets die Chefin informieren. Oft konnte sie jedoch ihren Arbeitsplatz nicht verlassen, weil niemand in der Zeit für sie einsprang. Als sie letzten Sommer tagsüber nicht zum Abpumpen kam, holte sie das nach erledigter Arbeit nach – ohne auszustempeln. Als deswegen ihre Überzeit gestrichen wurde, holte sie sich gewerkschaftliche Hilfe, um zu ihrem Recht zu kommen.

Leicht fällt das Abpumpen an ihrem Arbeitsplatz auch der Journalistin Annette Saloma-Huber nicht. Die Mutter eines siebenmonatigen Babys ist als Videoreporterin bei einer Nachrichtenagentur tätig. Sie arbeitet zwei Tage in der Woche und stillt nach wie vor. Doch das Abpumpen bei der Arbeit gestaltet sich schwierig. Arbeite sie als Produzentin im Büro, sei es weniger ein Problem. Werde sie für Videobeiträge an abgelegene Drehorte geschickt, sei es sehr schwierig, unterwegs abzupumpen.

Ihr Chef ist zwar sympathisch, «aber er hat keine Ahnung, was es für mich bedeutet». Er habe zu wenig Verständnis für ihre Situation, «obwohl er das Gefühl hat, er komme mir extrem entgegen». Manchmal schmerzten ihr die Brüste, wenn sie unterwegs sei, aber wenn sie an einem Drehort oder im Auto sei und rechtzeitig ihre Arbeit abliefern müsse, bleibe oft keine Zeit fürs Abpumpen. Es sei extrem schwer, ihren Job mit dem Stillen zu vereinbaren. Meistens pumpt Annette Saloma-Huber im Büro der Personalverantwortlichen in der Mittagspause ab, oft nur zweimal statt dreimal täglich. Das Thema mit dem Chef erneut anzusprechen, ist ihr unangenehm. Sie würde sich wünschen, dass Arbeiten und Stillen allgemein besser zu vereinbaren wären.