Neurodivergenz: Einfluss auf das Stillen und das ganze Familiensystem

Hansi Hubinger-Kasser

Wer bin ich?

Hansi

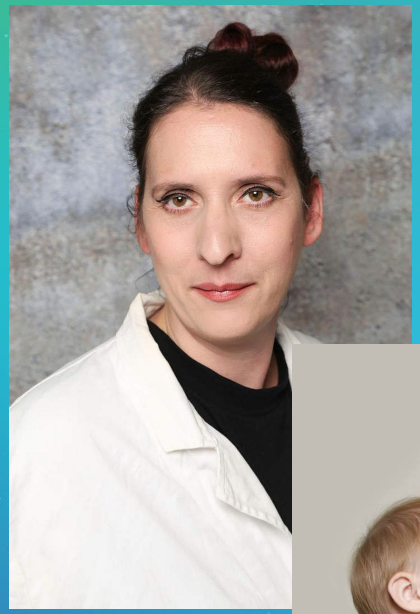
(keine Pronomen)

LLL-Berater*in
Neurodiverse Lactation Specialist

Chemiker*in / CTA

Spätdiagnostizierte Autist*in
4 neurodivergente Kids

Mitorga einer SHG für
spätdiagnostizierte FLINTA*





Offenlegung

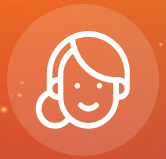
Ich habe keinerlei Verbindung mit Firmen oder Institutionen, die dem WHO-Kodex widersprechen

Alle gezeigten Bilder und Marken sind Eigentum der jeweiligen Rechteinhaber und dienen hier rein illustrativen Zwecken.

Inhalt



Neurodivergenz - was ist das?



Neurodivergente Erwachsene



Neurodivergente Babies und Kleinkinder

01 Neurodivergenz

Was ist das?

Neurodiversität

“Es gibt neurologische Unterschiede und das ist natürlich.”

Neurodivergenz

Neurologische Unterschiede, die von der Norm abweichen

Wie neurodivergente Menschen angeblich sind



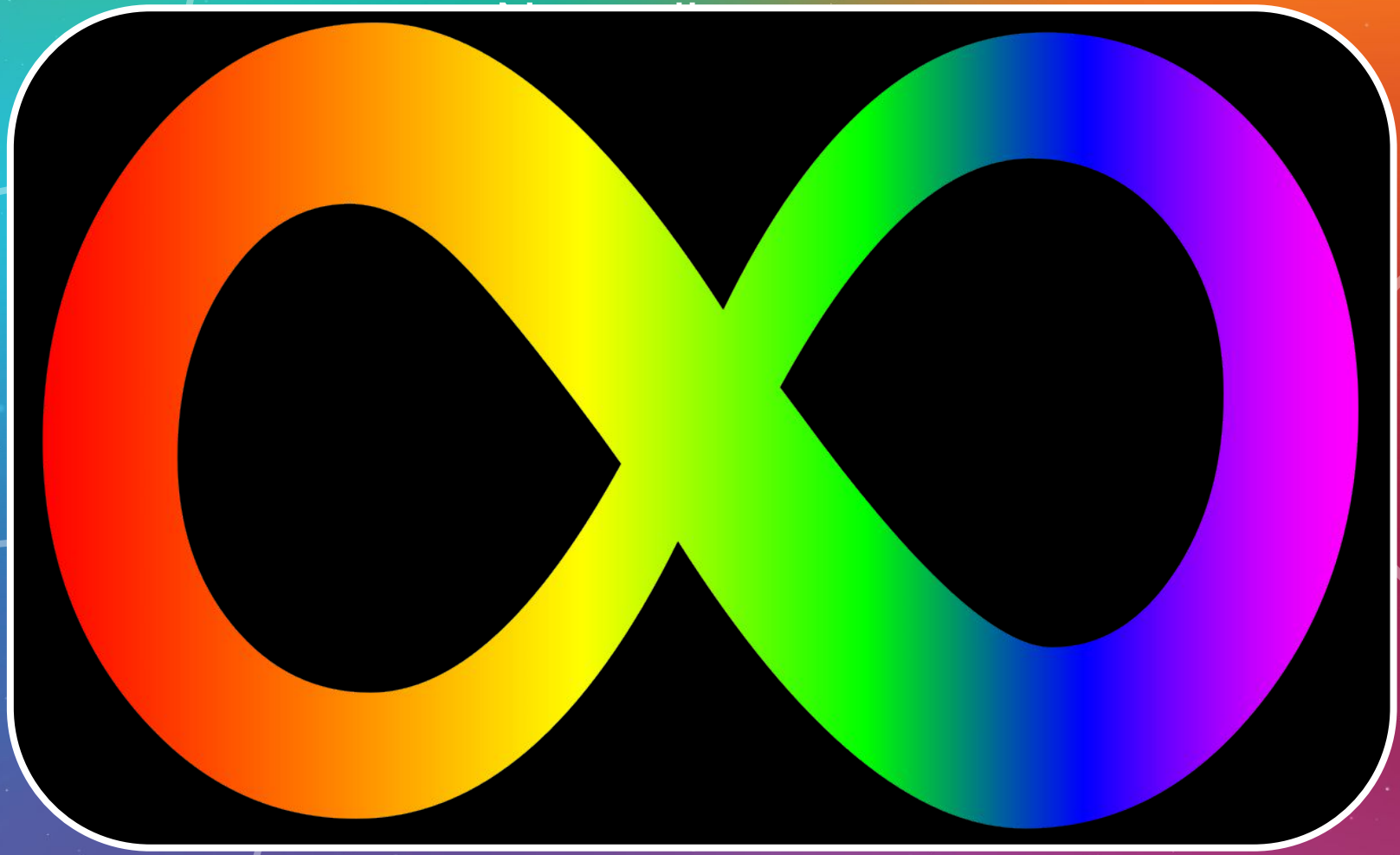
Autismus
“Rain Man”

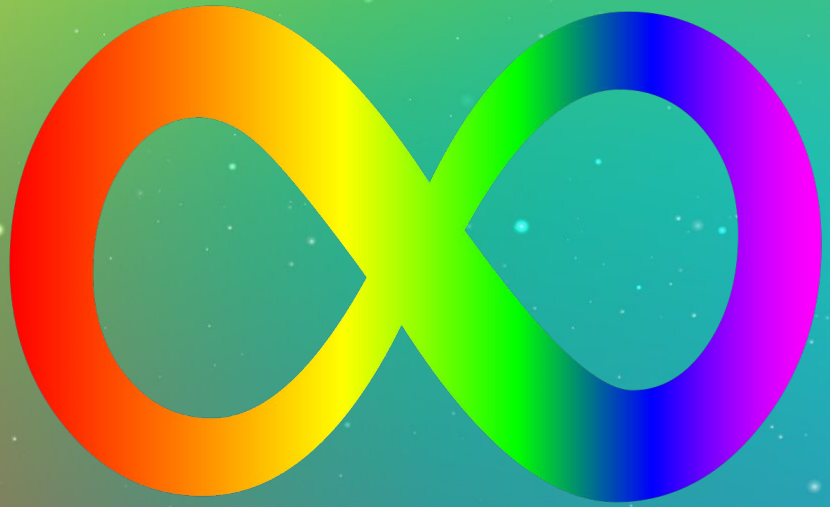


Zwangs- und
Angststörungen
“Monk”



ADHS und
Dyslexie
“Percy Jackson”



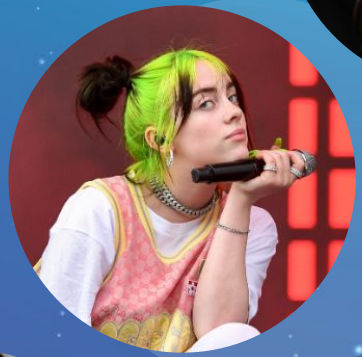
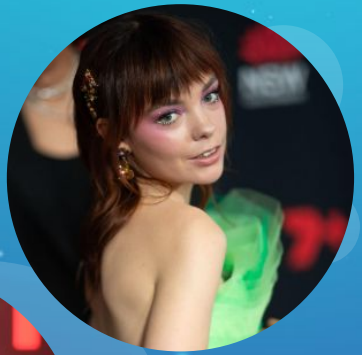


~15-20%

der Menschen sind neurodivergent

Neurodivergente Promis







Autismus

- Lebenslange Über- oder Unterempfindlichkeit gegenüber senorischen Reizen
- “Defizite” bei Anbahnung und Aufrechterhaltung von soziale Kommunikation & Interaktion
- Anhaltend eingeschränkte, sich wiederholende und unflexible Verhaltensmuster, Interessen und Aktivitäten

AD(H)S

- Andere Aufmerksamkeit (Ablenkbarkeit, Hyperfokus, Vermeidungsverhalten)
- Hyperaktivität
- Impulsivität

Erst seit dem DSM-5 (2013) ist es möglich beide Diagnosen zu bekommen

=

AuDHS

Überlappungen Autismus & AD(H)S

Stimming	Impulskontroll-probleme	Probleme Emotionen zu regulieren	Info-Dumping
Spezial-interessen	Probleme Tätigkeiten zu wechseln	Masking	Probleme mit exekutive Funktionen
Probleme mit Augenkontakt	Hyperfokus	Höheres Risiko Drogenkonsum & Selbstmord	Sensorische Schwierigkeiten

02 Neurodivergente Erwachsene

Hauptunterschiede im Alltag

Kommunikation

Exekutive Funktionen

Senorische Empfindungen

Kommunikation

Schwierigkeiten Unterstützung zu bekommen, weil telefonieren oder sprechen schwer fällt

Alternative Kommunikationsmöglichkeiten:

SMS, Messenger, Email

Bildkarten

Gebärdensprache



Exekutive Funktionen



Hilfe beim Gedanken sortieren

z.B. 4 Wochen altes Baby, mehrere Fragen

	Sofort	“Bald”	Später
Spuckkind	❌		
Arbeitsbeginn			❌
Wasser / Tee	❌		
Beikost		❌	

Sensorische Herausforderungen beim Stillen

“Ich halts nicht aus, wenn die Milch ausrinnt und ich nass bin”	“Das Ansaugen schmerzt, ich will gar nicht mehr”
“Das permanente Berührtwerden macht mich total unrund”	“Die Milch stinkt, wenn sie getrocknet ist”
“Das Herumsitzen ist soooooooo fad”	“Der Milchspendereflex lässt mich aus der Haut fahren”

Stillplatz nach den Bedürfnissen einrichten

Temperatur
Heiß? Warm?
Kalt?

Farben
Hell? Dunkel?
Muster?

Gerüche
Ja? Nein? Welche?

Sitzgelegen-heit
Hart? Weich?
Zusatzpolster?
Starr? Mit Rollen?

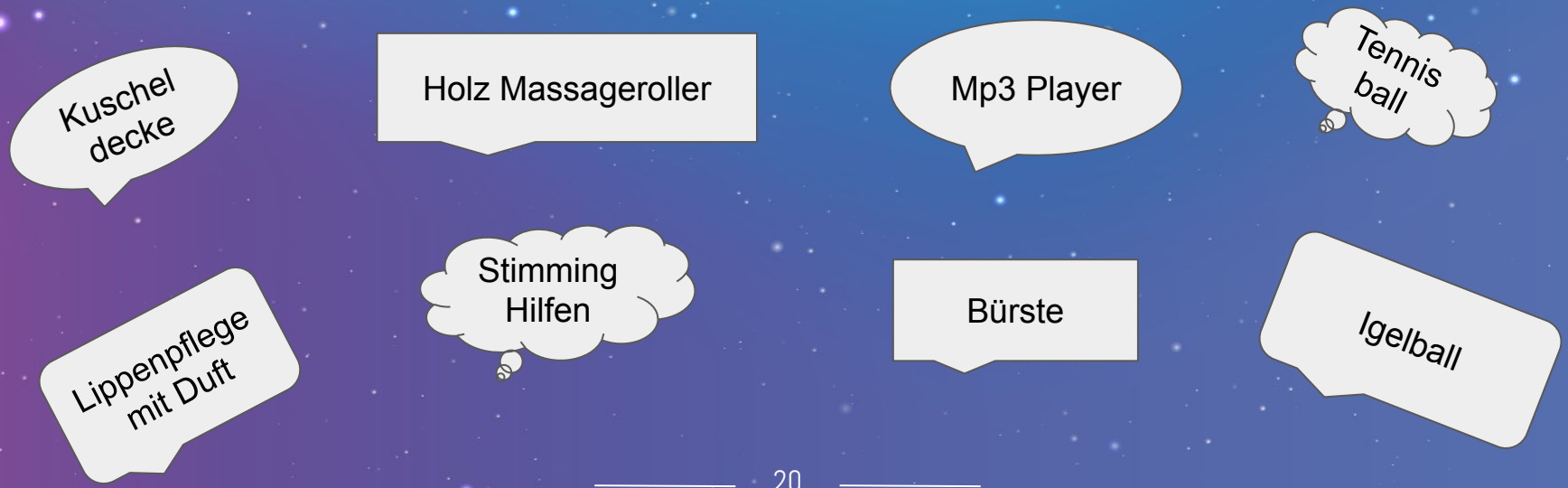
Licht
Hell? Dunkel?
Nachts?

Geräusche
Störend, ja oder nein?

Hörsinn	Tastsinn	Sehsinn	Geruch	GG
* Vibration statt Klingelton * Kopfhörer * Ohropax * Weißes Rauschen	* Hautkontakt * Texturen (von Textilien) * Nässe * Druck	* Beleuchtung * Sonnenbrille * Sichtbare Hinweise (Zettel, Postits,...) * “Aus den Augen, aus dem Sinn”	* Luftfilter *Lippenpflege mit Duft * Kerzen * Ätherische Öle * Parfümfreie Waschmittel	* Sitzgelegen-heit zum Rollen, Schaukeln oder starr * Babytrage, Tragetuch * Verschiedene Stillpositionen

“Sinneskörberl”

Dinge, die gut tun und leicht transportierbar sind, fixfertig in einem Körberl, das durch die Wohnung wandern kann bzw. auch außer Haus mitkommt



Interozeption

= Wahrnehmung des Körperinneren, also z.B. von

Hunger, Durst, Schmerz, Körpertemperatur, Harndrang, Anspannung vs Entspannung

ist bei neurodivergenten Personen oft anders

➡ andere Wahrnehmung von Gefühlen wie Angst, Wut und Freude

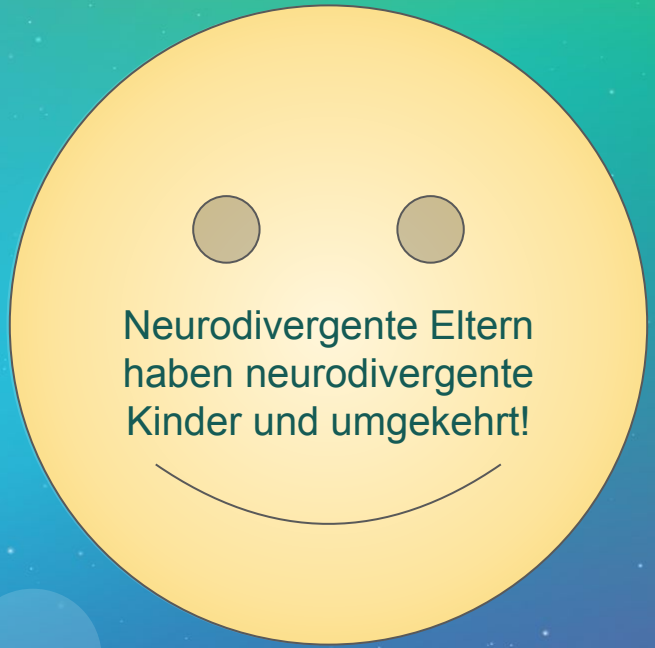
Einfluss auf das Selbstbewusstsein und die psychische Gesundheit

03

Neurodivergente Babies und Kleinkinder

Vererbung / Genetik

Heritabilität von Autismus: bis zu 91%



Heritabilität von AD(H)S: bis zu 88%

Beispiele für andere Neurodivergenzen, die vererbt werden: Tourette, Dyslexie, Dyskalkulie, Dyspraxie

Mögliche Anzeichen

Schlafverhalten

Wenige Stunden pro Tag,
nur mit Körperkontakt oder
nur ohne Körperkontakt

Lichtempfindlich

Stillt am liebsten/nur im Dunklen

Geräuschsensibel

Leicht ablenkbar, reagiert stark auf Umgebungslärm

Sehr häufiges Stillen

Stimmingverhalten, zur Regulation

“High Need Babies”

Mögliche Anzeichen

“Abstillkampf”

Stimmingverhalten, Routine

Sprachentwicklung

Spricht sehr früh oder sehr spät

Stimming

Fuchteln mit den Armen, hin und her wippen

Essverhalten

Wenig Interesse, heikel, Bestandteile dürfen sich nicht berühren

Mögliche Anzeichen



Vermeidet Augenkontakt

Wird als unangenehm empfunden



Ungeschicktheit

Grob- und feinmotorische Schwierigkeiten



Kletteraffe, rennt immer

Immer in Bewegung, oft auch im Schlaf



Verhalten gegenüber fremden Personen

Extrem scheu oder extrem aufdringlich

04 Fazit

Jeder Mensch und jedes Baby ist anders, egal ob neurotypisch oder neurodivergent

So wird Stillberatung zugänglicher:

- ★ Klare, direkte, konkrete Kommunikation, ergänzt von schriftlichen Informationen
- ★ Keine Berührungen ohne ausdrückliche Zustimmung
- ★ Nur eine bestimmte Ansprechperson, wenn es sich um eine Praxis/Klinik handelt
- ★ Hinweise zur Kommunikation und zu senorischen Bedürfnissen in den Akten vermerken, eventuell im Eltern-Kind-Pass

Take-home Messages

Neurodivergenz kann Stillen, Kommunikation, Organisation und Wahrnehmung beeinflussen.

Sensorische Belastungen beim Stillen sollten aktiv und wertschätzend erfragt werden.

Kommunikation soll nicht ausschließlich über Telefon und spontane Gespräche laufen.

Kleine, konkrete und priorisierte Schritte können die Umsetzung erleichtern.

Beobachtungen beim Baby sind individuell einzuordnen und nicht mit einer Diagnose gleichzusetzen.

Aktiv zuhören, auf das Individuum eingehen und verschiedene Möglichkeiten anbieten.

Danke!

Quellen

- Doyle, Neurodiversity at work: a biopsychosocial model and impact on working adults, British Medical Bullletin, 135 (1), 2020 https://doi.org/10.1093/bmb/ldaa021
- CDC: Autismus https://www.cdc.gov/autism/media/pdfs/2025/04/ADDM-Community-Report-SY2022.pdf
- CDC ADHS, Kinder: https://www.cdc.gov/adhd/data/index.html
- CDC ADHS, Erwachsene: https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/73/wr/mm7340a1.htm
- Martinez, Stoyanov, Carcache, Unraveling the spectrum: overlap, distinctions, and nuances of ADHD and ASD in children, Front. Psychiatry, 15, 2024 https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsyt.2024.1387179/full
- Mutluer et al, Population-Based Psychiatric Comorbidity in Children and Adolescents With Autism Spectrum Disorder: A Meta-Analysis, Front. Psychiatry, 13, 2022 https://www.frontiersin.org/journals/psychiatry/articles/10.3389/fpsyt.2022.856208/full
- ICD 11 Diagnosekriterien Autismus https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/en#437815624
- ICD 11 Diagnosekriterien ADHS https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/en#821852937
- Tick et al, Heritability of autism spectrum disorders: A meta-analysis of twin studies, Journal of Child Psychology and Psychiatry, 57 (5), 2016 https://acamh.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jcpp.12499
- Faraone, Larsson, Genetics of attention deficit hyperactivity disorder, Molecular Psychiatry, 24, 2019 https://www.nature.com/articles/s41380-018-0070-0
- Grant et al, Autistic women's views and experiences of infant feeding: A systematic review of qualitative evidence, Autism, 26 (6), 2022 https://doi.org/10.1177/13623613221089374
- Grant,et al, "It felt like I had an old fashioned telephone ringing in my breasts": An online survey of UK Autistic birthing parents' experiences of infant feeding. Maternal and Child Nutrition, 20(1), 2024 https://doi.org/10.1111/mcn.13581

Bildquellen

- Farbenkreis: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Komplement%C3%A4rfarben_mit_Wellenl%C3%A4nge.png
- Unendlichkeitszeichen: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Autism_spectrum_infinity_awareness_symbol.svg
- Promis und Fernsehcharaktere: www.imdb.com