



Mit Nähe zum Baby die Flasche geben

Liebe Eltern,
auch wenn Sie nicht stillen, können Sie Ihrem Baby viel Nähe und Geborgenheit geben. Stillen ist mehr als reine Ernährung, es bietet auch Trost, Körperkontakt und Beruhigung und erleichtert die innige Bindung zwischen Kind und Mutter. Ähnlich wie beim Stillen können Sie auch bei der Flaschengabe diese Bindung stärken und bewusst pflegen. Dieses Informationsblatt soll Ihnen dabei helfen.

Umgang mit dem Baby

Alle Babys genießen – genau wie Sie selbst – die Sprache der Liebe: Augenkontakt und Kuscheln oder „Känguruhen“ (nackte Babyhaut an nackter Elternhaut). Liebe verwöhnt niemanden. *Genießen Sie das Schmusen und Kuscheln und lassen sich Zeit dafür.*

Beim Füttern mit der Flasche gibt es ein paar Dinge zu beachten. Sie brauchen *viel Haut-, Blick- und Körperkontakt* mit Ihrem Baby, durch den das Kind Geborgenheit und Nähe erfährt. Ihr Kind wird ruhiger und zufriedener, und Sie können sich von den Anstrengungen der Geburt leichter erholen. Kontinuierliches Rooming-in und Bedding-in helfen, damit Sie die Signale Ihres Kindes früh erkennen und Sie sich leichter aufeinander einstellen können. So werden Sie in wenigen Tagen zu Spezialisten für Ihr Baby und wissen genau, was es Ihnen mitteilen möchte.

Halten Sie das Baby zum Füttern und auch beim Trostsaugen am Finger/Schnuller immer im Arm oder haben es neben sich am Körper liegen. Ein Tragetuch/Tragesack ist eine gute Hilfe, um viel Körperkontakt zu haben. Lassen Sie sich bei Bedarf von einer erfahrenen Fachkraft dabei helfen, eine geeignete Tragehilfe für Sie zu finden, und sich in den Gebrauch einweisen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute auf dem Weg ins Leben mit Ihrem Baby!

Diese geringfügig adaptierte Empfehlung erschien mit freundlicher Genehmigung der WHO/UNICEF-Initiative „Babyfreundlich“ in der Fachzeitschrift Laktation und Stillen 2/2013. Dieses Infoblatt dient ausschließlich der Einzelberatung und ist nur einzeln an die nicht stillende Mutter zu übergeben.

Das Füttern

› Drehen Sie Ihr Baby beim Füttern so zu sich, dass **Augenkontakt** zwischen Ihnen leicht möglich ist. Wenn Ihr Baby Ihr Gesicht sehen kann, ohne den Kopf drehen zu müssen, schaut es Sie viel öfter an und wird auch Ihr Gesicht eher erkennen.

› **Wechseln Sie während der Mahlzeiten die Seite**, auf der Sie Ihr Baby halten oder neben sich liegen haben. Dadurch wird die Augen-Hand-Koordination des Kindes gefördert.

› Wenn möglich, füttern Sie Ihr Baby an der **nackten Haut**. Tragen Sie ein ärmelloses T-Shirt oder knöpfen Sie Ihre Bluse/Ihr Hemd auf. Hautkontakt stabilisiert das Baby in seinen biologischen Rhythmen und es gedeiht besser. Wenn Sie Ihr Baby tragen, ermöglichen Sie ihm, sich an Ihren Hals zu kuscheln. Dort werden viele individuelle Duftstoffe freigesetzt, die es dem neugeborenen Baby ermöglichen, Sie wiederzuerkennen.

› Den **Mama-Geruch** kennt Ihr Kind übrigens schon aus dem Fruchtwasser. Er verleiht dem Baby das Gefühl der Geborgenheit und es kuschelt sich gerne bei Ihnen an.



Augenkontakt beim Füttern stärkt die Eltern-Kind-Bindung.



Dieses hungrige Baby ballt die Fäustchen und führt sie zum Mund.

› **Füttern Sie nach Bedarf Ihres Kindes.** Einen festen Rhythmus entwickeln Kinder erst nach einigen Wochen oder Monaten. Ein Baby braucht immer gleich Nahrung, wenn es Hunger hat. Schon bevor das Baby anfängt zu weinen, gibt es Ihnen Zeichen, dass es unzufrieden ist. Wenn es Hunger hat, fängt es an, die Lippen zu bewegen und die Fäustchen zu ballen, manchmal noch bei geschlossenen Augen. Es macht kleine maunzende Laute. Erst wenn das keinen Erfolg hat, wird es anfangen, laut zu schreien.

› **Lassen Sie Ihr Baby nicht schreien.** Es ist für alle Beteiligten viel angenehmer, wenn Sie gleich auf die frühen Signale Ihres Babys reagieren.

› **Berühren Sie zu Beginn der Mahlzeit die Lippen des Babys** mit dem Sauger oder Finger und warten Sie, bis das Baby den Sauger selbst einsaugt. Schieben Sie den Sauger nicht gegen den Willen Ihres Kindes in seinen Mund! Achten Sie auf ein **kleines Saugerloch**; die Mahlzeit soll in den ersten Wochen ca. 20 Minuten dauern. Babys haben manchmal mehr oder weniger Hunger und trinken nicht immer gleich viel. Säuglinge heißen so, weil sie saugen müssen. Saugen dient der Beruhigung, stabilisiert die Atemwege und fördert die Verdauung. Lassen Sie Ihr Baby zusätzlich am Finger oder Beruhigungssauger saugen. Nehmen Sie es dabei in den Arm. Das Gefühl, bei Mama oder Papa geborgen zu sein, hilft Ihrem Baby, sich an das Leben außerhalb der Gebärmutter anzupassen. /

Zu Beginn der Mahlzeit berührt die Mutter die Lippen des Babys.



Nun ist das Baby bereit für die Flasche und macht den Mund weit auf.