

Liebe Patientin, liebe Angehörige,

nach der Geburt möchten wir Sie beim Stillen sowie bei der Bindung zu Ihrem Kind unterstützen und damit dessen Entwicklung fördern. Daher haben wir uns zur Babyfreundlichen Geburtsklinik weitergebildet und zertifizieren lassen. Somit können wir eine umfassende und vor allem einheitliche Beratung und Unterstützung der stillenden und nicht stillenden Mutter und ihrer Angehörigen bieten.

Ihre
Dr. med. Cordula Müller,
Claas Kitschke und Team



Dr. med. Cordula Müller
Chefärztin Frauenklinik



Claas Kitschke
Leitender Oberarzt,
Koordinator „Babyfreundliche
Geburtsklinik“

Bei uns erhalten Sie folgende Informationsmaterialien:

- » 10 Tipps zur Milchbildung
- » Alternatives Zufüttern
- » Anlegen und Stillpositionen
- » Baby-led weaning (BLW)
- » Bonding
- » Clusterfeeding
- » Dauer der Stillmahlzeit
- » Fettanteil in der Muttermilch erhöhen
- » Gemeinsames Schlafen
- » Handentleeren der Brust
- » Kolostrum
- » Medikamente in der Stillzeit
- » Medizinische Gründe für das Zufüttern
- » Milchsammelflaschen aus Kunststoff und Glas
- » Milchstau und Brustentzündung
- » Muttermilch gewinnen und aufbewahren
- » Mythen und Ammenmärchen rund ums Stillen
- » Plötzliches Abstillen
- » „Powerpumping“ (Erhöhung der Milchproduktion)
- » Stilldauer
- » Stillempfehlungen in verschiedenen Sprachen
- » Stillhütchen
- » Stillpositionen
- » Stilltipps (Broschüre)
- » Trinkt mein Baby genug Milch?
- » Vorgeburtliche Kolostrumgewinnung für Diabetikerinnen
- » Wunde Brustwarzen richtig versorgen
- » Zu viel Muttermilch (Hypergalaktie)
- » Zungenbändchen
- » Zusammenfassung der Stillrichtlinien
- » uvm.

Weitere Informationen

- » Hebammenliste für den Kreis Bergstraße (auf unserer Homepage oder im Kreißaal erhältlich)
- » Liste mit Angeboten für schwangere und entbundene Eltern sowie deren Angehörige bis zum 3. Lebensjahr als „Frühe Hilfen“ des Kreises Bergstraße (Homepage oder Kontakt über die Wochenstation)
- » Nationale Stillkommission am Bundesinstitut für Risikobewertung BfR (online)
- » babyfreundlich.org
- » familienplanung.de/infomaterialien
- » bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit/das-baby/
- » stillen-institut.com
- » stillen.de
- » bdl-stillen.de
- » laleheliga.de
- » Bücher zum Thema Bindung und Stillen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung



ZERTIFIZIERTE
GEBURTSKLINIK



www.babyfreundlich.org

Ihr Aufenthalt bei uns

Legen Sie Ihr Kind nach der Geburt an der Brust an. Das Kind sollte zur Brust geführt werden und nicht umgekehrt. Suchen Sie sich eine möglichst bequeme Stillposition. Wir helfen Ihnen dabei. Zunächst bekommt Ihr Baby wertvolles Kolostrum (goldene Farbe), welches das Immunsystem stärkt. Durch Anlegen nach Bedarf, jedoch mindestens 8x am Tag wird die Milchbildung angeregt, sodass sich im Verlauf reife Muttermilch (weiß) entleert. Der initiale Gewichtsverlust Ihres Babys verringert sich. Ihr Baby hat nach etwa 10 Tagen wieder das Geburtsgewicht erreicht. Haben Sie, so oft es geht, Haut-zu-Haut-Kontakt mit Ihrem Baby. Das fördert die Bindung (Bonding) zwischen Ihnen beiden und hat viele Vorteile für Sie und Ihr Kind.

Auch wenn Sie sich entschlossen haben, nicht zu stillen, ist es wichtig, Ihrem Kind Kolostrum zu geben. Dafür müssen Sie Ihr Kind nicht anlegen. Wir helfen Ihnen dabei. Wir informieren Sie individuell über Formulanahrung, Zubereitung, Aufbewahrung und bindungsfördernde Flaschenernährung.

Durch das 24-Stunden-Rooming-in und beieinander Schlafen wird Bonding gefördert. Außerdem können Sie auf frühe Hungerzeichen Ihres Kindes schneller reagieren. Das gilt auch für nicht gestillte Babys. Bei Stillproblemen oder Beschwerden an den Brustwarzen überprüfen wir gemeinsam mit Ihnen Ihr Stillmanagement und verbessern damit die Beschwerdesymptomatik, ggf. durch vorübergehenden Gebrauch von Stillhütchen. Sollte Ihr Baby einen besonderen Beruhigungsbedarf haben, können Sie andere Beruhigungsmethoden wie z.B. Bonding anwenden, um das Benutzen eines nicht sinnvollen Beruhigungssaugers zu umgehen. Wir entlassen Sie mit einem zusammenfassenden Gespräch über B.E.St.[®] und der Empfehlung, 6 Monate ausschließlich zu stillen und darüber hinaus bis zum Alter von 2 Jahren unter Zufüttern von geeigneter Familien-/Beikost, in Ihre familiäre Umgebung.

Übersicht unserer Stillrichtlinien

angelehnt an die 10 B.E.St.[®]1-Schritte der WHO/Unicef-Initiative „Babyfreundliche Geburtsklinik“

1. Wir arbeiten nach selbst erstellten Richtlinien, welche regelmäßig überprüft werden, und beachten dabei den WHO-Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten. Die monatlich und jährlich angefertigte Stillstatistik überprüft unsere Arbeit.
2. Jede Mitarbeiterin erhält eine Basisschulung und regelmäßige Fortbildungen zum Thema Bindung, Entwicklung und Stillen.
3. Schon vorgeburtlich informieren wir im Rahmen der Geburtsanmeldung/Hebammensprechstunde oder anderer Veranstaltungen über Bedeutung und Praxis der Bindungs- und Entwicklungsförderung unter Einbeziehung des Stillens.
4. Wir fördern das Bonding nach vaginaler und Kaiserschnittgeburt und den ununterbrochenen Hautkontakt bis zum ersten Anlegen.
5. Wir informieren über Anlegetechniken, Aufrechterhaltung der Milchbildung, unterstützen beim Stillmanagement, auch in besonderen Situationen. Die nicht stillende Mutter wird von uns individuell beraten.
6. Die erste Nahrungsaufnahme und Kolostrumgabe erfolgt an der Brust oder mit Zufüttermethoden für gestillte Neugeborene. Für die Notwendigkeit zum Zufüttern gibt es klare medizinische Gründe.

¹ B.E.St.[®] = Bindung, Entwicklung, Stillen



7. Das 24-Stunden-Rooming-in fördert auch über den Aufenthalt hinaus die Bindung der jungen Familie durch direkten (Haut-zu-Haut-)Kontakt beim gemeinsamen Ausruhen oder zusammen Schlafen.
8. Wir empfehlen das Stillen nach Bedarf der Mutter und des Kindes. Auch die Stilldauer wird nicht beschränkt. Informationen der Mutter über Hungerzeichen führen zum rechtzeitigen Anlegen bzw. Füttern. Dies gilt auch für nicht stillende Mütter.
9. Wir nennen und zeigen den Müttern Beruhigungsmethoden ohne Anwendung eines Beruhigungssaugers. Wir informieren über die Nachteile eines Beruhigungssaugers. Aus diesem Grund halten wir keine Beruhigungssauger vor. Die Anwendung von Stillhütchen sollte nur bei eindeutiger Indikation stattfinden.
10. Wir empfehlen, 6 Monate ausschließlich zu stillen und darüberhinaus neben geeigneter Bei-/Familienkost bis zum Alter von 2 Jahren weiter zu stillen. In einem Entlassungsgespräch fassen wir noch einmal zusammen, welche Informationen die Mutter über B.E.St.[®] mit nach Hause nimmt. Wir informieren über und fördern (außer-)klinische Maßnahmen zur Förderung von B.E.St.[®], was sich auch an unserem Internetauftritt widerspiegelt.



Wichtig für Sie:

Hebammenhilfe in der Schwangerschaft und im Wochenbett wird von Ihrer Krankenversicherung bezahlt. Nutzen Sie diese und kümmern Sie sich frühzeitig darum! Eine Hebammenliste erhalten Sie im Kreißsaal oder über unsere Webseite.

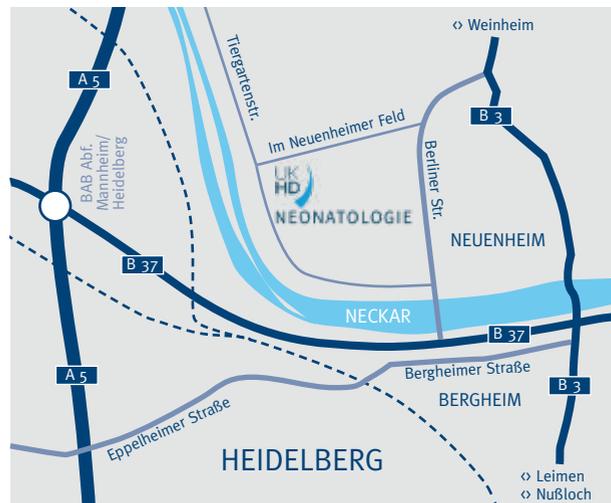
Diese Beratung kann natürlich nicht den persönlichen Kontakt zu einer Hebamme/Stillberaterin ersetzen. Bei dringenden Beschwerden ist auch Ihr Frauenarzt für Sie bzw. Ihr Kinderarzt für Ihr Baby zuständig.

Im Notfall sind wir rund um die Uhr für Sie da. Mit Ihrem Kind müssen Sie eine Kinderklinik, möglichst mit einem neonatologischen Schwerpunkt, aufsuchen.

UniversitätsKlinikum Heidelberg

Neonatalogie

Im Neuenheimer Feld 430 | 69120 Heidelberg
 Telefon +49 (0) 62 21 56-4002



Ansprechpartner:

Gynäkologie und Geburtshilfe

Chefärztin Dr. med. Cordula Müller

Wochenstation

Tel +49 (0) 6252 701-263 | station8@kkh-bergstrasse.de

Stillbeauftragte

Anja Maul | stillbeauftragte@kkh-bergstrasse.de

Kreißsaal

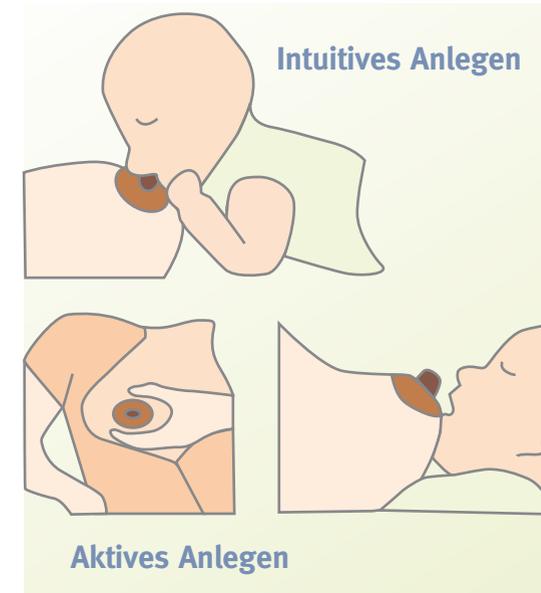
Tel +49 (0) 6252 701-290 und 701-159
 geburt@kkh-bergstrasse.de

Kreiskrankenhaus Bergstraße GmbH – eine Einrichtung des Universitätsklinikums Heidelberg

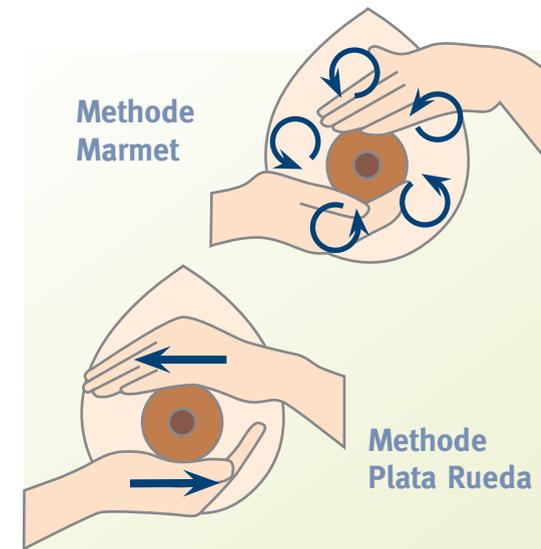
Viernheimer Straße 2 | D 64646 Heppenheim
 Tel +49 (0) 6252 701-0 | Fax +49 (0) 6252 701-347
 info@kkh-bergstrasse.de
 www.kkh-bergstrasse.de

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Heidelberg

Anlegen:



Brustmassage:



Stillmethoden:

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Ihr Kind anzulegen.

Wichtig ist, dass Sie eine bequeme Position finden, um Ihr Baby korrekt und effizient anlegen zu können.

Wir empfehlen Ihnen diese Varianten:



Wir stehen Ihnen in unserer Abteilung gerne mit weiteren Informationen und Ratschlägen zur Verfügung.

Akademisches Lehrkrankenhaus
 der Universität Heidelberg

ZERTIFIZIERTE
 GEBURTSKLINIK



Babyfreundliche Geburtsklinik

Elterninformationen

angelehnt an die 10 B.E.St.[®]-1-Schritte der WHO/Unicef-Initiative „Babyfreundliche Geburtsklinik“

1 B.E.St.[®] = Bindung, Entwicklung, Stillen

Anlegen und Brustmassage

Stillmethoden