

BEDEUTUNG DES STILLENS FÜR DAS KIND

Stillen regt die verschiedenen Sinne beim Baby an (Riechen, Schmecken, Sehen, Hören, Spüren) und fördert durch die Lageveränderung beim Seitenwechsel an der Brust den Orientierungssinn Ihres Babys. Die optimale Ausbildung der Kiefer- und Gesichtsmuskulatur beugt Kieferfehlstellungen vor und fördert somit auch die Sprachentwicklung. Wenn das Baby gestillt wird, werden seine elementaren Bedürfnisse nach Nahrung, Körperwärme und Geborgenheit erfüllt.

Warum ist Muttermilch die beste Ernährung für Ihr Kind?

Sie ist leicht verdaulich und verträglich, passt sich in der Zusammensetzung den Bedürfnissen des Säuglings an und steht jederzeit frisch, richtig temperiert, hygienisch einwandfrei und kostengünstig zur Verfügung.

Muttermilch enthält Antikörper und andere wichtige Schutzstoffe vor Krankheiten, wie z. B. Mittelohrentzündungen und Infektionen des Magen-Darm-Traktes. Sollte Ihr Kind doch erkranken, ist der Verlauf sanfter und die Erholung rascher.

Selbst einigen chronischen Erkrankungen kann das Stillen vorbeugen. Dazu zählen Diabetes, Übergewicht, Herz-Kreislaufkrankungen, Autoimmunerkrankungen (z. B. Morbus Crohn) und Krebserkrankungen. Muttermilch schützt vor Unverträglichkeiten und Allergien.

Auch im 2. Lebenshalbjahr des Kindes, während der Umstellung auf Beikost, werden neue Nahrungsmittel besser vertragen, wenn es weiterhin auch Muttermilch erhält. Muttermilchernährte Frühgeborene erkranken seltener schwer.

BEDEUTUNG DES STILLENS FÜR DIE MUTTER

Muttermilch ist für Ihr Kind die gesündeste Form der Ernährung in den ersten Lebensjahren, doch welche Vorteile bietet Ihnen das Stillen? Zeitnahes Anlegen nach der Geburt bewirkt die Ausschüttung von Hormonen, die die nachgeburtliche Blutungsgefahr reduziert.

Das Stillen fördert die Rückbildung der Gebärmutter nach der Schwangerschaft, verzögert das Einsetzen der Menstruation und schont dadurch Ihre Eisenreserven.

Während der Stillzeit werden die Fettreserven allmählich verbraucht, somit erreichen Sie rascher Ihr Ausgangsgewicht vor der Schwangerschaft.

Das Risiko, an Herz-Kreislaufkrankungen und Osteoporose zu erkranken, tritt bei Frauen, die gestillt haben, seltener auf.

Das Risiko an Eierstockkrebs, Gebärmutterkrebs und v. a. an Brustkrebs zu erkranken, nimmt statistisch mit jedem Stillmonat ab.

Wenn sich die Stillbeziehung nach einigen Wochen gut eingespielt hat, kommen Sie erwiesenermaßen zu mehr Nachtschlaf und sind durch den positiven Einfluss der Stillhormone ausgeruhter und entspannter. Ihr Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten als Mutter wird gestärkt.

... UND FÜR DIE GESAMTE FAMILIE

Stillen ist bindungsfördernd. Das Stillen ist für die Familie insgesamt die einfachste Art, eine feinfühlig und gute Beziehung zum Baby zu entwickeln.

Nicht-Stillen erfordert wesentlich mehr Disziplin und gezieltes Engagement, um die kindlichen Bedürfnisse optimal zu befriedigen.