

Vorteile des Stillens

- Beziehungsfördernd
- Jederzeit trinkfertig
- Kostenlos und zeitsparend
- Allergieprophylaxe
- Stärkung des Immunsystems
- Förderung der Gaumen-, Kiefer- und Sprachentwicklung
- Förderung der Magen- und Darmreife
- Positive Auswirkung auf die mütterliche Gesundheit

Haben Sie Fragen?



Kontaktieren Sie uns:

Sana Bildungszentrum für Gesundheitsberufe
Hebammenschule Hameln

Silke Angerstein, Schulleitung
Telefon 05151 97 1214 | silke.angerstein@sana.de

Stillbeauftragte der Integrativen Geburtshilfe des Sana
Klinikums, Hebamme, IBCLC

Angela Bösche | angela.boesche@sana.de

Kontakt zu freiberuflichen Hebammen in Hameln-Pyrmont:

www.hebammen-hameln-pyrmont.de

Kontakt zu Stillberaterinnen IBCLC:

www.bdl-stillen.de

Impressum:

Herausgeber: Sana Bildungszentrum für Gesundheits-
berufe Hebammenschule Hameln Kurs 22



Auf dem Weg des Stillens ...

Lassen Sie sich von den Hebammenschülerinnen Kurs 22
der Hebammenschule Hameln begleiten



Sana Klinikum Hameln-Pyrmont

**Akademisches Lehrkrankenhaus der
Medizinischen Hochschule Hannover**

Saint-Maur-Platz 1 | 31785 Hameln
Tel. 05151 97-0 | Fax 05151 97-1155
www.sana-hm.de

Sana Klinikum
Hameln-Pyrmont



Auf dem Weg des Stillens ...

Die Brust stellt sich auf das Stillen ein

Ab dem 4. Schwangerschaftsmonat bildet sich die Vormilch

Bonding

Nacktes Kuscheln – Grundlage für eine erfüllende Stillbeziehung

Frühe Hungerzeichen

Schnatzen - Suchen - Lippen lecken

Brustmassage

Ihrem Kind den „Tisch decken“

Erstes Stillen

Startschuss für eine nachhaltige Entwicklung

Stillen in der Öffentlichkeit

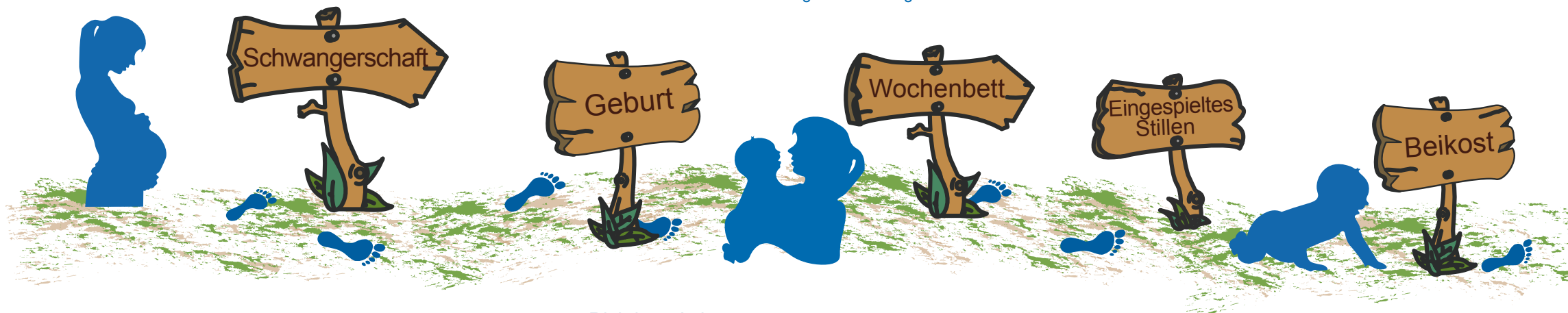
Wann und wo immer Sie wollen

Stillen im Berufsleben

Gesetzlich geregelte Stillpausen während der Arbeitszeit

Tandemstillen

Zeitgleiches Stillen mehrerer Kinder



Richtiges Anlegen

Grundvoraussetzung für einen angenehmen Stillvorgang

Initiale Brustdrüschwellung

„Milcheinschuss“ - 2. bis 10. Tag nach der Geburt

Wachstumsschübe

10. bis 14. Lebenstag
4. bis 6. Lebenswoche
3. Lebensmonat



Clusterfeeding

Vermehrter Stillbedarf wird durch häufiges Stillen gedeckt

Magengrößen eines Neugeborenen

Murmel

Tischtennisball

Hühnerei



1. Tag
5-7 ml

3. Tag
22-25 ml

10. Tag
60-80 ml

Beikosteinführung

Ab dem sechsten Monat empfohlen

Weitere Informationen sowie Tipps und Tricks zu den einzelnen Themen finden Sie auf unserer Website:

www.sana-bildungszentrum-hm.de

© Schilder: freepik.com