

# Gütersloher Lektüre zur Flaschennahrung

Elterninformation



## Vorwort

Herzlich willkommen!

Das Team der geburtshilflichen Abteilung des Klinikum Gütersloh wünscht Ihnen einen zufriedenen und harmonischen Start ins neue Leben mit Ihrem Baby.

Sie haben sich nach ausführlicher Beratung für die Flaschennahrung für Ihr Kind entschieden. Mit dieser Broschüre möchten wir Sie über die Möglichkeit der bindungsfördernden Flaschenfütterung informieren. Unser Team wird Ihnen helfen, diese Ernährungsform schnell zu beherrschen und eine gute Beziehung zu Ihrem Baby aufzubauen.

Als babyfreundliche Geburtsklinik kümmern wir uns um viel mehr als nur um die Ernährung des Kindes. Wir fördern vor allem auch den optimalen Start in eine gute Eltern-Kind-Bindung.





## Bindung fördern

Nach der Geburt liegt Ihr Baby unmittelbar in ungestörtem Hautkontakt auf Ihrer nackten Brust. Dies ist der Moment des ersten Haut- und Augenkontaktes. Routinemaßnahmen werden vermieden.

Auch nach einem Kaiserschnitt liegt Ihr Baby noch im OP auf Ihrer nackten Brust. Genießen Sie diesen Augenblick des Kennenlernens. Nutzen Sie auch später jede Gelegenheit, um diese Bindungsphase zu wiederholen und zu vertiefen. Auch für den Vater ist dieses Bonding eine wunderbare und einzigartige Gelegenheit des Kennenlernens.

Während des gesamten Klinikaufenthalts bleiben Sie und Ihr Kind zusammen (Rooming-In). So erhalten Sie Sicherheit und Selbstvertrauen im Umgang mit Ihrem Baby und lernen die Signale Ihres Kindes kennen und verstehen.

Der innige Hautkontakt zwischen Mutter und Kind regt die Entwicklung der 5 Sinne an (sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen). Babys kennen aus der Schwangerschaft noch die räumliche Begrenzung und das Hin- und Herwiegen bei Bewegungen Ihrer Mutter und fühlen den Herzschlag. Deshalb genießt Ihr Baby es, gehalten und getragen zu werden oder Ihren Herzschlag zu hören. So wächst das Vertrauen von Tag zu Tag.

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.



Auch wenn Sie nicht stillen, ist die Gabe der Neugeborenenmilch (Kolostrum) sinnvoll für Ihr Baby, da es hierdurch wertvolle Immunstoffe bekommt und es einen schonenden Einstieg in die Verdauungsarbeit ermöglicht.

## **Bewusst die Flasche füttern**

(s. Anhang: „Mit Nähe zum Baby die Flasche geben“, © WHO/UNICEF-Initiative „Babyfreundlich“, Februar 2015)

Alle Babys genießen, genau wie Sie selbst, die Sprache der Liebe. Schmusen und kuscheln Sie so lange und so viel wie Sie mögen. Liebe verwöhnt niemanden!

Augen- und nackter Hautkontakt sowie kuscheln sind auch für ein Flaschenkind unerlässlich. Die Dinge, die beim Stillen automatisch geschehen, müssen bei der Flaschenfütterung bewusst beachtet werden. Sie brauchen viel Haut-, Blick- und Körperkontakt mit Ihrem Baby, durch den das Kind Geborgenheit und Nähe erfährt.

Kontinuierliches Rooming-in hilft, die Signale Ihres Kindes früh zu erkennen und Sie können sich leichter aufeinander einstellen. Sie werden so schnell zum Spezialisten für Ihr Baby und wissen genau, was es Ihnen mitteilen möchte.

Halten Sie das Baby zum Füttern und auch beim Trostsaugen am Schnuller immer im Arm oder haben es neben sich am Körper liegen. Ein Tragetuch ist eine gute Hilfe, um viel Körperkontakt zu haben.



## Das Füttern

Drehen Sie Ihr Baby beim Füttern so zu sich, dass ein Augenkontakt zwischen Ihnen beiden 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.

## Füttern Sie nach Bedarf

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 zu gewöhnen.

Flaschenernährten Kindern soll bis zum vollendeten zweiten Lebensjahr zwei Milchmahlzeiten (Mahlzeiten, die Milch enthalten) täglich gefüttert werden.

## **Welche Nahrung ist die Richtige?**

### **„PRE“-Nahrung**

Säuglingsanfangsnahrung wird als „PRE“ bezeichnet.

Diese „PRE“-Nahrung ist gut für Ihr Baby von Geburt an. Auch nach Einführung von Beikost und bis zur Vollendung des ersten Lebensjahres ist diese Nahrung ausschließlich die ideale Nahrung für Ihr Kind. Genau wie Muttermilch können Sie „PRE“-Nahrung füttern, so oft und so viel das Baby möchte.

Folgenahrungen unterscheiden sich in ihrer Zusammensetzung erheblich von der Muttermilch und sind deshalb nicht empfehlenswert. Ein Wechsel von „PRE“-Nahrung auf Folgenahrungen ist somit nicht notwendig.



## Hypoallergene Milch „HA-PRE“

In der „HA“-Nahrung wird das Ausgangseiweiß aufgespalten. Die Deutsche Gesellschaft für Kinderheilkunde und Jugendmedizin bezeichnet diese Produkte als Säuglingsnahrung mit reduziertem Antigengehalt. Bei Säuglingen mit erhöhtem Allergierisiko können diese eingesetzt werden.

Bis zur Einführung von Beikost kann ihr Baby diese Milch bekommen, danach sollte auf eine „PRE“-Säuglingsmilch umgestellt werden. Spezialnahrungen bitte nur mit Absprache Ihres Kinderarztes verwenden!

Andere Tiermilche, wie Ziegenmilch, Schafsmilch oder Stutenmilch sind nicht geeignet. Zusammengesetzte Milchen (Halbmilch, Frischkorn- oder Mandelmilch) sind ebenfalls nicht geeignet.

### Wasser für die Zubereitung

- Keine Wasserfilter verwenden
- Leitungswasser nicht geeignet wenn
  - Nitrat > 50mg/l
  - Bleirohre
  - Kupferrohre bei saurem Wasser und Rohre jünger als 3 Jahre (Neubau)
  - Hausbrunnen

## Zubereitung und Handhabung

Leitungswasser oder gekauftes Wasser mit dem Hinweis „Für Säuglingsnahrung verwendbar“ benutzen.

- Leitungswasser kalt ablaufen lassen
- Wasser auf ca. 40 Grad erwärmen



- Auf Hygiene achten (Hände waschen, Arbeitsfläche und -materialien)
- Bereiten Sie die Säuglingsmilch immer frisch vor dem Füttern zu
- Dosierung genau einhalten, Messlöffel nicht gehäuft
- Achten Sie auf Herstellerangaben
- Angebrochene Verpackungen sofort verschließen und innerhalb von 3 Wochen aufbrauchen
- Geben Sie keine Zusätze hinzu. Die Säuglingsnahrung enthält alles, was Ihr Baby benötigt
- Verwerfen sie immer alle Reste, wärmen Sie nichts wieder auf
- Um Bakterienwachstum zu vermeiden, die Flaschen und Sauger nach jeder Mahlzeit sofort gründlich ausspülen und mit einer ausschließlich dafür genutzten Flaschenbürste spülen
- Danach in einem frischen Küchentuch bedeckt aufbewahren
- Die Sauger sollten Sie 1x täglich auskochen (10 Min. kochendes Wasser) oder in den Vaporisator geben
- Sauger regelmäßig erneuern

### **Tipp:**

- Halten Sie erwärmtes Wasser in einer ausschließlich für diesen Zweck vorgesehenen Thermoskanne bereit.
- Für unterwegs das Milchpulver separat in Flaschen abmessen und erst unmittelbar vor dem Füttern mit dem Wasser aus Ihrer Thermoskanne zusammen bringen.
- Milchpulver kann eingefroren werden

### **Warnung:**

Benutzen Sie niemals eine Mikrowelle, um Flaschennahrung zu erwärmen. Mikrowellen erwärmen ungleichmäßig und können in der künstlichen Milch „heiße Stellen“ erzeugen, durch die sich ihr Kind den Mund verbrühen kann.



## **Gewichtsverlauf**

Alle Babys nehmen in den ersten Lebenstagen an Gewicht ab. Die Abnahme kommt durch Ausscheidungen wie Stuhl- und Urinentleerung. Bei einem reifgeborenen, gesunden und normalgewichtigen Neugeborenen darf der Gewichtsverlust bis zu 10 % des Geburtsgewichtes betragen. Um den 14. Lebenstag wird das Geburtsgewicht wieder erreicht sein. Am Ende des ersten Lebensjahres hat es sich etwa verdreifacht.





## **Wir sind auch nach dem Klinikaufenthalt für Sie da!**

### **Babycafé**

Für Gespräche, Anregungen und Tipps in gemütlicher Runde stehen unsere Hebammen oder Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern zur Verfügung. Hier können Sie andere Eltern treffen und Erfahrungen austauschen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Termin: jeden Donnerstag von 10 Uhr bis 11.30 Uhr im alten Kreißsaal (3. OG, bei Station 8)

### **Babymassage**

Hier lernen Sie, wie Sie durch sanftes Streicheln und Massieren Ihrem Baby ein Gefühl von Geborgenheit und Vertrauen geben können. Die Babymassage hilft bei Blähungen, Unruhe und Verspannungen.

Ansprechpartnerin: Marietheres Rink Tel: 05248/1018

### **Elternschule**

In der Elternschule möchten wir Ihnen auch nach der Geburt weitere interessante Informationsabende anbieten. Die Veranstaltungen finden meistens mittwochs um 19:30 Uhr statt. Veranstaltungsort ist das Sitzungszimmer der Frauenklinik im 3. OG. Die Teilnahme ist kostenlos. Die Themen entnehmen Sie bitte dem aktuellen Flyer „Elternschule Klinikum Gütersloh“, dem Internet oder der Tagespresse.

### **Elternstart NRW**

In Kooperation mit der Katholischen Bildungsstätte Bielefeld führen wir unterschiedliche Kurse für Babys ab der 8. Woche bis zum 1. Lebensjahr durch, die Müttern und Vätern mehr Sicherheit in der neuen Elternrolle geben sollen. Anmeldung per E-Mail: [info@kbs-bielefeld.de](mailto:info@kbs-bielefeld.de)



## Rückbildungskurse

Ab der sechsten Woche nach der Geburt können Sie an einem Rückbildungskurs teilnehmen. Im Mittelpunkt stehen der Aufbau des Beckenbodens und die Straffung und Kräftigung der Muskulatur sowie des Gewebes in Bauch, Rücken und Beinen. Die Gymnastik findet in der Gruppe statt, die Kosten dafür übernimmt die Krankenkasse. Melden Sie sich frühzeitig nach der Geburt an.

Ansprechpartnerin: Katja Schöler, Tel: 0157/56629236

## Unsere Nachsorge Hebammen

Meike Kruse

Tel: 05241/29488

Erna Becker

Tel: 05245/922571

Kathrin Rieger

Tel: 05242/4188612

Katja Schöler

Tel: 0157/56629236

Nadine Ködding

Tel: 0176/87072406

Susanne Wolf-Saupe

Tel: 05244/928787

Hebammenzentrale Gütersloh/Bielefeld: 0521/2704202

# Mit Nähe zum Baby die Flasche geben

## Information

Liebe Eltern,

„Babyfreundliche Geburts- und Kinderkliniken“ fördern den **optimalen Start in eine gute Eltern-Kind-Beziehung**. Unser Team wird Ihnen helfen, eine gute Beziehung zu Ihrem Baby aufzubauen.

## 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.

© WHO/UNICEF-Initiative Babyfreundlich“

Jan-Wellem-Str. 6, 51429 Bergisch Gladbach, Tel: 02204 4045-90 Fax: 02204 4045-92  
E-Mail: [info@babyfreundlich.org](mailto:info@babyfreundlich.org) • Internet: [www.babyfreundlich.org](http://www.babyfreundlich.org)

Stand: Februar 2015

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. Wir zeigen Ihnen gern, wie man Tragehilfen verwendet.

## Das Füttern

- Drehen Sie Ihr Baby beim Füttern so zu sich, dass **Augenkontakt** zwischen Ihnen beiden 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.

Augenkontakt beim Füttern stärkt die Eltern-Kind-Beziehung

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.

- **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.



Dieses hungrige Baby ballt die Fäustchen und führt sie zum Mund

- **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.



**KLINIKUM GÜTERSLOH**

## **Klinikum Gütersloh**

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Reckenberger Straße 19

33332 Gütersloh

Chefärztin Dr. Wencke Ruhwedel

Telefon Sekretariat: 05241/83-24102

Telefon Kreißsaal: 05241/83-24150

Telefon Wochenstation: 05241/83-20800

[www.klinikum-guetersloh.de/geburtshilfe](http://www.klinikum-guetersloh.de/geburtshilfe)

**Geburtsklinik  
zertifiziert von**



Eine Initiative von WHO  
und UNICEF

[www.babyfreundlich.org](http://www.babyfreundlich.org)