

## WAS SIE VERMEIDEN SOLLTEN!

### Überfütterung

Ihr Baby weiß, wieviel Milch es braucht. Achten sie auf die Stoppsignale des Kindes. Ein Baby, das nicht mehr mag, dazu animieren eine Flasche auszutrinken, erzeugt Stress und ist ungesund. Größere Mengen auf einmal getrunken, bedeuten nicht unbedingt längere Pausen zwischen den Mahlzeiten, sie können jedoch zu Übelkeit, Reflux, Übergewicht und einem veränderten Sättigungsgefühl führen.

### Flasche in flacher Rückenlage

Die anatomischen Verhältnisse des Babys begünstigen beim Schluckakt in flacher Rückenlage ein Zurückfließen der Nahrung ins Mittelohr. Dies birgt ein erhöhtes Risiko für Mittelohrentzündungen. Auch nachts sollte daher das Kind auf dem Arm gefüttert werden. Im Gegensatz dazu stellt das Stillen im Liegen kein Problem dar. Das Kind liegt beim Stillen in der Regel in Seitenlage, die Mund- und Rachenmuskulatur hat eine höhere Spannung als beim Flaschenfüttern, zudem Muttermilch eine keimhemmende Wirkung hat.

### Dem Baby oder Kleinkind die Flasche zu überlassen

Unbeaufsichtigtes Trinken aus der Flasche kann zu gefährlichen Erstickung-Szenarien führen, Kleinkinder neigen mit der Flasche in der Hand zum Dauernuckeln. Dies kann wiederum zu Zahnschäden führen. Die Flasche sollte deswegen immer von einer erwachsenen Bezugspersonen gegeben werden.

### Welche Nahrung braucht das Kind?

Wenn keine Muttermilch oder Frauenmilch zur Verfügung steht, ist Säuglingsanfangsnahrung (idealerweise PRE-Nahrung) das einzige, was ihr Kind braucht bis es 6 Monate alt ist. Diese Nahrung soll auch nach Beginn der Beikost weiter verwendet werden, es sei denn, der Arzt

empfiehlt Ihnen etwas anderes. Die Unterschiede zwischen den einzelnen Marken sind dabei relativ klein. Bei gesunden Kindern wird weder Spezialnahrung gegen Blähungen, Reflux, Allergien, noch Folgemilch oder „Gute-Nacht-Milch“ benötigt. Viele dieser Nahrungen belasten eher durch eine längere Verweildauer den Magen-Darmtrakt. Beachten Sie bitte bei der Zubereitung von Säuglingsnahrung genau die Herstellerangaben und verwenden Sie ausschließlich den vom Hersteller mitgelieferten Messbecher (Unterschiedliche Firmen haben möglicherweise unterschiedliche Messbechergößen).

### Kann ich zubereitete Flaschennahrung zum späteren-Gebrauch bevorraten?

Am sichersten ist es, die Flaschennahrung für jede einzelne Mahlzeit frisch zuzubereiten, weil vorbereitete Flaschennahrung einen idealen Nährboden für Bakterienwachstum bietet. Sie können allerdings den Tagesbedarf an Wasser auf einmal abkochen und in die sauberen Flaschen füllen, die Sie dann verschlossen im Kühlschrank aufheben können. Zu den Mahlzeiten erwärmen Sie das Wasser und geben dann das benötigte Pulver dazu.

### Wie kann ich Flaschennahrung auf Reisen zubereiten?

Füllen Sie das abgekochte Wasser in eine saubere Flasche oder Thermoskanne und nehmen Sie das Pulver extra abgemessen in einem sauberen Gefäß mit. Bei Bedarf bereiten Sie die Nahrung dann frisch zu. Oder Sie nehmen die Flüssignahrung aus der Flasche für unterwegs.

### Warnung!

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

## SO ERREICHEN SIE UNS

### Neckar-Odenwald-Kliniken gGmbH Station B41

Dr.-Konrad-Adenauer-Str. 37 · 74722 Buchen  
Tel. 06281 29-5111

info@neckar-odenwald-kliniken.de  
www.neckar-odenwald-kliniken.de



### Videoanleitungen zum Thema Flaschenfütterung



VIELE INFORMATIONEN  
GIBT'S AUCH AUF:   /NOKliniken  YouTube

Ab sofort nichts mehr verpassen,  
melden Sie sich hier zum Newsletter an



Alles rund um  
die Geburtshilfe



WOHNORT-  
NAH &  
KOMPETENT:  
UNSERE  
KLINIKEN!

# ACHTSAMES UND BEDÜRFNIS- ORIENTIERTES FÜTTERN MIT DER FLASCHE

Klinik für Geburtshilfe  
am Standort Buchen

## LIEBE ELTERN

Herzlichen Glückwunsch zur Geburt ihres Kindes!

Ihr Baby ist da und wir wünschen Ihnen, dass Sie einen glücklichen, gemeinsamen Start haben. Alle Babys genießen genau wie Sie selbst die Sprache der Liebe: Augenkontakt und Kuschneln oder „Bonding“ (nackte Babyhaut an nackter Elternhaut). Liebe verwöhnt niemanden. Genießen Sie das Schmusen und Kuschneln und lassen Sie sich Zeit dafür.

### Bedürfnisse wollen rasch befriedigt werden:

Babys halten sich meist nicht an die Uhrzeit, zeigen aber frühzeitig, wenn es Zeit wird zum Essen. Sie werden unruhig, ballen die Fäustchen, bewegen die Lippen, beginnen zu saugen. Wird früh auf diese Zeichen reagiert, sind die Mahlzeiten stressfreier und das Kind braucht gar nicht erst zum sehr späten Hungerzeichen des Weinens überzugehen. Es ist praktischer und für alle Beteiligten befriedigender, wenn die frühen Fütterungszeichen beachtet werden.

### Körperkontakt und Bindungsförderung

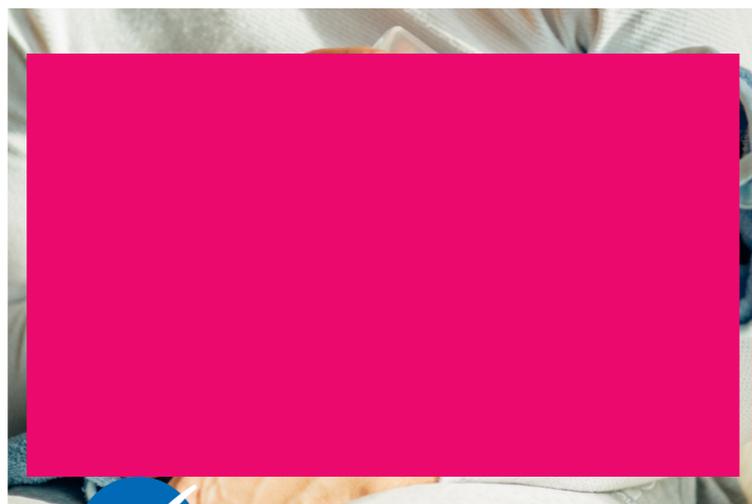
#### Liebe Eltern bitte:

- Die Flasche stets im engen Körperkontakt geben, wenn möglich auch immer wieder im direkten Hautkontakt (mit nacktem Oberkörper, Kind nur in der Windel) dabei häufig Blickkontakt mit ihrem Baby herstellen.
- Hautkontakt stabilisiert das Baby in seinen biologischen Rhythmen und es gedeiht besser.
- Auf die kleinen Zeichen achten, die anzeigen, dass das Baby eine Pause braucht
- Sich für jede Flaschenmahlzeit Zeit nehmen
- Das Baby zum Füttern in einer aufrechten Position halten
- Nach ca. der Hälfte der Mahlzeit das Baby von einem Arm auf die andere Seite wechseln und aufstoßen lassen dies unterstützt die psychomotorische Entwicklung ihres Kindes.
- Hauptsächlich selbst das Baby füttern und nur selten andere Betreuungspersonen die Flasche geben lassen.



#### Bitte so nicht füttern!

- Ohne Körperkontakt
- Baby liegt flach auf dem Rücken



#### So ist es richtig!

- Körper- und Blickkontakt halten
- Baby in aufrechter Position im Arm halten

- Wenn Babys hauptsächlich oder vollständig die Flasche erhalten, benötigen sie zum Stillen ihres Bedürfnisses nach non-nutritivem Saugen einen Schnuller.
- Säuglinge nennt man so, weil sie saugen müssen. Saugen dient der Beruhigung, schützt die Atemwege und fördert die Verdauung.
- Die gesamte Zeit über sollte ein Flaschensauger in der kleinsten Größe verwendet werden (Neugeborenen-Sauger).
- Flaschensauger sollten aus möglichst weichem Material bestehen, symmetrisch/rund sein (keine Abschrägungen) und eine breite Lippenauflage bieten (Weithals-Sauger)
- Flaschen und Sauger müssen im häuslichen Bereich nicht ausgekocht oder sterilisiert/vaporisiert werden, die tägliche Reinigung in der Spülmaschine ist ausreichend
- Es ist physiologisch, dass Säuglinge häufig und in kleinen Portionen trinken. Eine Frequenz von insgesamt ca. 8 Frequenz von insgesamt ca. 8 - 12 Mahlzeiten täglich ist zu erwarten.
- Wenn Muttermilch gefüttert wird, sind Portionsgrößen zwischen ca. 60 und 120 ml sinnvoll.
- Falls Formulanahrung verwendet wird, sollten die Portionsgrößen, die auf der Packung für die ersten Wochen angegeben sind, über die gesamte Zeit beibehalten werden – häufige kleine Mahlzeiten sind sinnvoller als seltene große Mahlzeiten.
- Eine Flaschenmahlzeit dauert in den ersten Wochen durchaus 20 - 30 Minuten oder länger.
- Das Baby wird immer wieder kleine Pausen einlegen und dann weitertrinken. Dies ist physiologisch.
- Laden Sie Ihr Kind ein, den Mund weit zu öffnen, indem Sie mit dem Sauger sanft die Oberlippe berühren. Schieben Sie nicht den Sauger gegen den Willen des Kindes in den Mund.

- Beobachten Sie Ihr Kind, es zeigt, wenn es eine Pause braucht oder vom Nahrungsfluss überfordert ist. Vielleicht spreizt es dabei die Finger und Zehen, spuckt Milch aus, hört mit dem Sagen auf oder versucht den Kopf von der Flasche wegzudrehen. Dann nehmen Sie den Sauger aus dem Mund oder senken die Flasche so weit, dass der Milchfluss stoppt. (siehe Videoanleitung auf der Rückseite des Flyers).
- Frisch zubereitete Formulanahrung kann ca. eine Stunde lang verwendet werden (z. B. wenn das Baby zwischendurch pausiert). Anschließend noch vorhandene Reste sollten weggegossen werden.
- Viele Babys akzeptieren problemlos auch Nahrung bei Zimmertemperatur. Ein mehrmaliges Erwärmen ist nicht notwendig und aus hygienischen Gründen auch nicht zu empfehlen.
- Nicht getrunkene Milch nach einer Stunde nicht mehr verfüttern, sondern wegschütten (durch Pilz und Bakterienwachstum sind Mundsoor und Durchfallerkrankungen möglich).
- Zubereitete Milchflaschen sollten nicht länger als 45 Minuten im Flaschenwärmer stehen. Milchmahlzeit darf nicht wieder aufgewärmt werden!
- Die Milch kann gefüttert werden, wenn sie sich auf der Haut (an der Innenseite des Handgelenks) angenehm warm anfühlt.

