



Übers Stillen habe ich mir bis jetzt keine grossen Gedanken gemacht.

Natürlich habe ich ab und zu schon mal eine Mutter beim Stillen gesehen.

Ja, gut, okay...

... und nachts kommt er nur noch zweimal!

Echt? Du Glückliche!



Und später, als meine Freundinnen Kinder kriegten, wurde übers Stillen diskutiert.

Du kannst nicht bestreiten, dass Muttermilch das Beste für dein Baby ist! Ich finde es egoistisch, nicht zu stillen, wenn man es rein physiologisch gesehen eigentlich könnte!

Ich bin es leid, als Rabenmutter beschimpft zu werden, nur weil ich mich nicht dem Stilldiktat unterwerfe!!

Also wirklich!

Da ich nicht direkt betroffen war, hielt sich mein Interesse in Grenzen.



Doch spätestens nach dem Geburtsvorbereitungskurs habe ich das Thema Stillen und alles, was nach der Geburt kommt, komplett verdrängt.

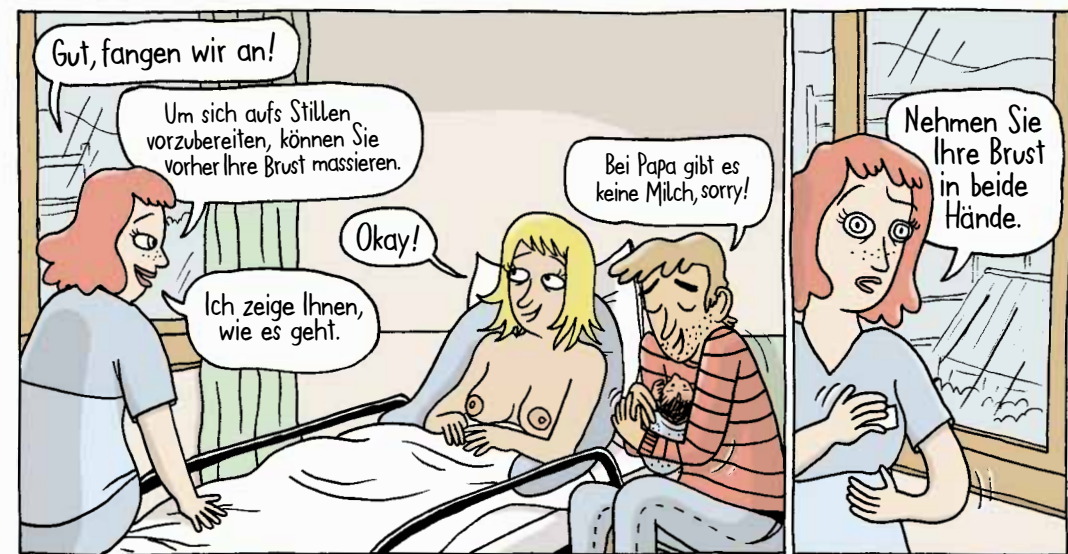
Und -schwupps!- bin ich plötzlich selber stillende Mutter!

Halte ich sie richtig so?

Nach der Geburt wird das Neugeborene alle zwei Stunden gestillt...

Haha!

Sie?



Gut, fangen wir an!

Um sich aufs Stillen vorzubereiten, können Sie vorher Ihre Brust massieren.

Bei Papa gibt es keine Milch, sorry!

Nehmen Sie Ihre Brust in beide Hände.

Okay!

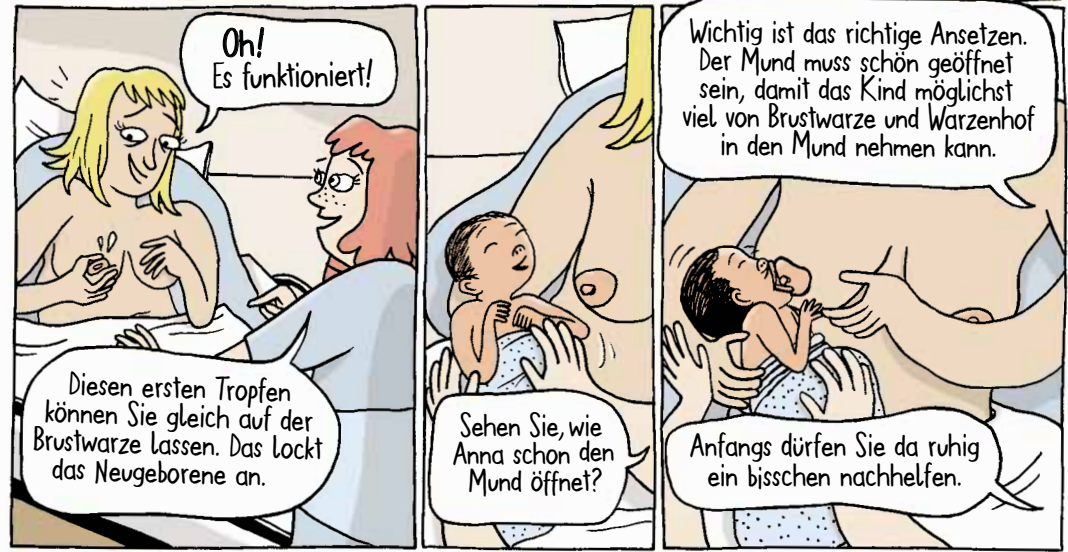
Ich zeige Ihnen, wie es geht.



Richtig so?

Drücken Sie sie ganz sanft...

Um den Milchspendereflex anzuregen, kitzeln Sie Ihre Brustwarze.



Oh! Es funktioniert!

Diesen ersten Tropfen können Sie gleich auf der Brustwarze lassen. Das lockt das Neugeborene an.

Sehen Sie, wie Anna schon den Mund öffnet?

Wichtig ist das richtige Ansetzen. Der Mund muss schön geöffnet sein, damit das Kind möglichst viel von Brustwarze und Warzenhof in den Mund nehmen kann.

Anfangs dürfen Sie da ruhig ein bisschen nachhelfen.

