



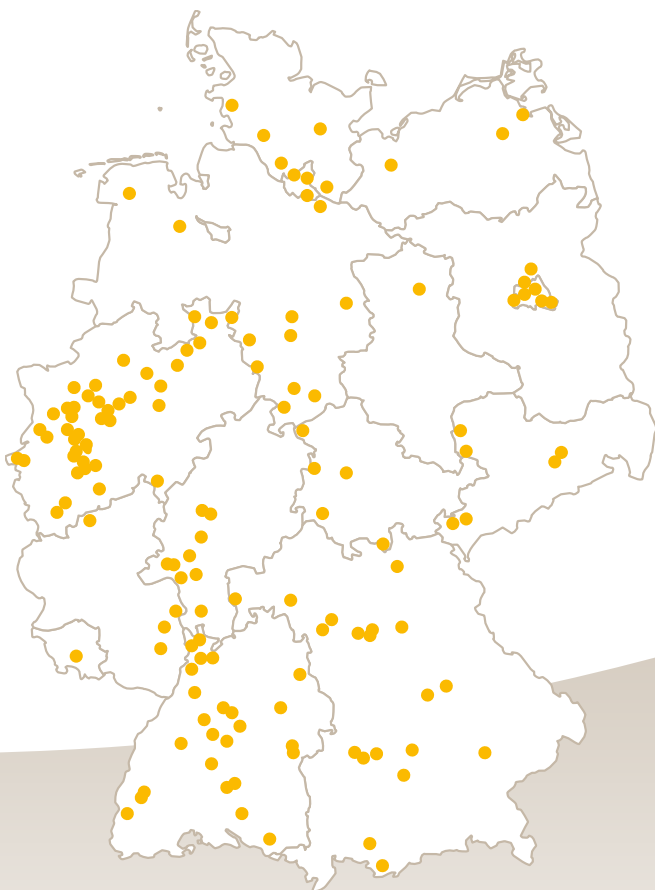
Der Liebe Raum geben

Ihre Geburt in einer babyfreundlichen Klinik

Initiative Babyfreundlich

Babyfriendly Hospital ist eine weltweit erfolgreiche Initiative von WHO & UNICEF. Babyfreundliche Kliniken arbeiten anders: Wir passen unsere Abläufe stärker an die Bedürfnisse von Frauen, Babys und Familien an. Wir hören Ihnen zu. Wir informieren und begleiten Sie.

Wir sind von unserem familienfreundlichen Ansatz überzeugt. Alle zertifizierten Teams engagieren sich, ohne mehr Geld dafür zu erhalten.



Die Kliniksuche finden Sie unter www.babyfreundlich.org



Willkommen im Leben

Eine Geburt und die ersten gemeinsamen Tage sind kostbar und unwiederbringlich. Es bleibt immer ein großes Abenteuer. Daher arbeiten die Menschen in unseren Kliniken jeden Tag kompetent und zugewandt daran, dass alle Neugeborenen einen guten Start mit ihren Familien erleben können.

Zahlreiche Befragungen und Studien haben gezeigt, dass Mütter nach babyfreundlichen Geburten zufriedener sind, besser informiert wurden und deutlich erfolgreicher stillen können.

10 Schritte – verlässliche Bedingungen, innige Ergebnisse.

Zehn Schritte – der **babyfreundliche** Weg

Hier finden Sie die Zehn Schritte von WHO und UNICEF, nach denen alle babyfreundlichen Kliniken zuverlässig arbeiten. Darauf können Sie sich verlassen.



1

Babyfreundliche Kliniken haben erfolgreiche Richtlinien für die Unterstützung von Bindung, Entwicklung und Stillen.

Wir sind unabhängig von Herstellern künstlicher Säuglingsnahrung.

2



Wir schulen alle Mitarbeitenden regelmäßig, um Eltern und Kindern kompetent zur Seite zu stehen.

3



Sie können uns alles fragen. Wir beraten werdende Eltern umfassend zum Stillen und zum Aufbau einer innigen Bindung.

4



Bei uns haben Mutter und gesundes Baby nach der Geburt ausgiebig und ungestört Hautkontakt. Als Familie können Sie in Ruhe gemeinsam ankommen.

5



Wir geben Ihnen bewährte Tipps für entspanntes Stillen und für reichliche Milchbildung.

6



Bei uns bekommen gestillte Neugeborene nur bei medizinischer Notwendigkeit andere Nahrung. Wir vermeiden künstliche Sauger.

7



24-Stunden-Rooming-in: Bei uns bleiben Mutter und gesundes Baby Tag und Nacht zusammen.

8



Wir helfen Ihnen, die Signale Ihres Kindes zu verstehen und liebevoll darauf zu reagieren.

9



Entscheiden Sie sich für eine andere Ernährungsform, so beraten wir Sie individuell zu Flaschenfütterung und Bindungsaufbau.

10



Wir laden Sie nach Ihrem Klinikaufenthalt zu Stillcafés und Eltern-Kind-Gruppen ein.

Weil der Anfang zählt.



„Das waren extreme Umstände, die Geburt. Aber ich hatte nie den Eindruck, dass das Team gestresst war. Wir sind jetzt 3 Wochen hier und haben das gute Gefühl immer noch. Unsere beiden kleinen Kämpfer machen das ganz tapfer und werden beide komplett mit Muttermilch gefüttert und sogar schon gestillt. Die meiste Zeit sind sie bei der Mama und mir.“

— Torsten & Anna mit Gustav & Theo



„Ich wollte mein Kind auf keinen Fall stillen. Das war aber überhaupt kein Problem. Ich habe Kolostrum gegeben, damit hat man mir gut geholfen. Und sie haben mir gezeigt, wie ich total kuschelig die Flasche geben kann.“

— Monika & Justin



„Unser Kind liegt ständig nackt auf uns. Das war uns vorher nicht so klar und da sind wir klasse angeleitet worden. Schon direkt nach der Geburt blieb unsere Kleine die ganze Zeit auf mir. Sogar, als wir im Bett durch das Krankenhaus gerollt wurden! Ich glaube, ich gebe sie einfach nie wieder her.“

– **Nina mit Mila**



„Als ich mein Baby zum ersten Mal im Arm halten konnte, war es ein überwältigendes Gefühl. Alles war neu. Wer ist diese kleine Person, wie fühlt sie sich an und wie mache ich das jetzt? Es hat alles funktioniert. An meiner Seite waren tolle Menschen. Danke!“

– **Yildiz mit Nikan**

Stillen – eine Handvoll Wissen

Stillen

Die M
erste
empfe
lange

Direkter Hautkontakt gleich nach der Geburt

Es ist Zeit zum Verlieben! Der ausgiebige und ununterbrochene Hautkontakt unterstützt eine innige Bindung. Oft beginnt das Baby in dieser Situation ganz von selbst zu stillen.

Die zurückgelehnte Stillhaltung

Die Mutter lehnt sich gut gestützt und entspannt zurück, das Baby liegt bäuchlings auf ihr. Diese Position erleichtert dem Säugling das Stillen, weil seine angeborenen Reflexe zum Stillen gut wirksam werden.

Häufiges Stillen ist richtig und wichtig

Ein Baby möchte in 24 Stunden acht bis zwölf Mal stillen. Das ist normal und wird empfohlen. So bekommt es reichlich Milch und viel Körperwärme.

Muttermilch von Hand abpumpen

Mütter können ihre Milch wirksam abpumpen. Die Methode ist sehr praktisch, gut geeignet für unterwegs und unabhängig von technischen Hilfsmitteln.



BABYFREUNDLICH

Eine Initiative von WHO und UNICEF

len ist von der Natur vorgesehen

Milchbildung beginnt bereits in der Schwangerschaft. Im ersten halben Jahr braucht ein Baby nur Muttermilch. Danach ist es wertvoll, neben geeigneter Beikost weiter zu stillen. So kann die Mutter und das Kind das möchten, auch zwei Jahre oder länger.

er Geburt

gestörte Haut-zu-Haut-Kontakt beginnt das Baby in dieser Phase

ück, während das Baby
gling den Weg zur Brust,
werden können.

ntig

– oder häufiger – gestillt
perliche Nähe.

gewinnen

auch von Hand gewinnen.
ut zu lernen und macht
smitteln.

Die zurückgelehnte Stillhaltung

Praktisch: Ihr Baby hat angeborene Stillreflexe, mit deren Hilfe es sich selbstständig zur Brust bewegen und andocken kann.

Hier können Sie Ihrem Baby behilflich sein: Lehnen Sie sich entspannt zurück, gern in eine von Kissen unterstützte, halb aufrechte Haltung. Das Baby liegt bäuchlings auf Ihnen und kann so Händchen und Füßchen gut abstützen. Sie können jetzt Ihr Baby gut sehen und bei Bedarf assistieren.

Diese Position ist besonders günstig für die ersten Lebenswochen. Schon bald werden Sie und Ihr Baby ein eingespieltes Team sein und Ihre individuellen Lieblingspositionen finden.





NEU



**DOPPELTER
SCHUTZ**
für die Haut und
vor Auslaufen.



WHO/UNICEF-Initiative BABYFREUNDLICH

Zum Aquarium 6 a • 46047 Oberhausen • Tel: 0208 828556-0



Mehr zu uns und unseren Kliniken finden Sie unter:
www.babyfreundlich.org