



## GEMEINSAM FÜR DAS STILLEN: FÖRDERUNG, SCHUTZ UND UNTERSTÜTZUNG.



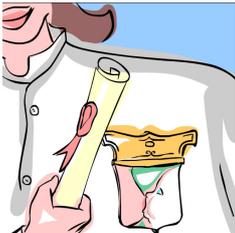
### Natürlich Stillen

Stillen ist die natürliche Art für eine Mutter ihr Kind zu ernähren und ist für die Gesundheit der Mutter, die Gesundheit des Kindes und für die Gesellschaft wichtig.



### Von der Werbung geschützt sein.

Der Betrieb nimmt an der WHO / UNICEF Initiative "Gemeinsam für das Stillen" teil, indem er die „Best Practice“ für die Sanitätsstrukturen betreibt. Der Betrieb hat den Kodex für die Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten der Weltgesundheitsorganisation (WHO) unterschrieben, der die Familien vor jeglicher Werbung von Muttermilchersatzprodukten, Flaschen und Flaschensauger schützt. Die Fachpersonen geben Unterstützung und Informationen unabhängig von wirtschaftlichen Interessen.



### Von ausgebildeten Personal unterstützt werden.

Um Sie bei der Ernährung Ihres Kindes zu unterstützen hat das gesamte Fachpersonal eine spezifische Ausbildung zum Stillen und zur Ernährung der Kinder erhalten.



### Informiert entscheiden.

Alle Eltern haben das Recht über die Ernährung ihres Kindes zu entscheiden. Schon in der Schwangerschaft erhalten Sie Unterstützung und alle nötigen Informationen von unserem Fachpersonal, um das Kind zu stillen. Gibt es schwerwiegende Gründe, die das Stillen nicht ermöglichen? Haben Sie eine andere Entscheidung getroffen? Wir unterstützen und informieren Sie, damit Sie Ihr Kind in voller Sicherheit mit Kunstmilch ernähren können.



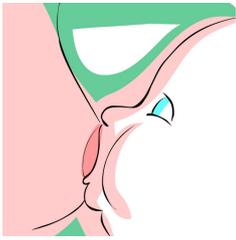
### Natürlich entbinden.

Am Tag Ihrer Geburt kann Ihr Partner oder eine andere Vertrauensperson Sie im Krankenhaus begleiten. Während der Wehen können Sie sich frei bewegen, trinken und leichte Kost zu sich nehmen. Sie können sich für eine Schmerzlinderung ohne Medikamente entscheiden. Bei der Geburt können Sie Ihre gewünschte Position einnehmen. Wir fördern die natürliche Geburt: Maßnahmen, die störend sein können, werden nur ausgeführt wenn sie notwendig sind. Sie werden immer davor informiert werden.



### Beisammen sein ... gleich!

Wir werden so vorgehen, dass Sie Ihr Kind gleich bei sich haben können, nackt, Haut auf Haut. Das Fachpersonal wird im Krankenhaus bei Ihnen sein, um Sie beim ersten Stillen zu unterstützen und Ihnen zu helfen, ohne Zeitdruck. Sie werden diese Möglichkeit auch nach einem Kaiserschnitt mit Teilnarkose (Epiduralanästhesie) haben.



## Stillen ... natürlich!

In unserer Abteilung werden Sie die Hilfe bekommen, die Sie benötigen, um die geeignete Stillposition zu finden, um Ihr Kind richtig an die Brust zu legen und um zu verstehen, ob das Kind genug Milch bekommt. Wir werden Sie ermutigen Ihr Kind jedes mal zu stillen, wenn es Hungerzeichen zeigt. Unser Fachpersonal wird Ihnen die nötigen Informationen geben, wie die Milch aus der Brust gestrichen werden kann. Das ist eine Maßnahme, die sehr hilfreich sein kann (z.B. wenn die Brust voll und hart ist).



## Immer zusammen sein ...

Wir haben alles so arrangiert, dass Sie Ihr Kind immer in Ihrer Nähe haben können, damit Sie seine Reaktionen erkennen. So haben Sie die Möglichkeit, gleich auf seine Hungerzeichen zu reagieren. Auch nach der Entlassung wird es wichtig sein, dass Ihr Kind in Ihrer Nähe ist und nachts in Ihrem Zimmer schlafen kann.



## ... ohne Störungen.

Wir raten davon ab, Schnuller, Flaschensauger oder Stillhütchen zu benutzen während Ihr Kind das Stillen an der Brust lernt, da sich Startschwierigkeiten beim Stillen entwickeln können.



## Ausschließlich Stillen bis 6 Monate und dann ... weiterstillen!

Es ist sehr wichtig bis zum vollendeten 6. Monat ausschließlich zu stillen. Wir werden Ihnen helfen zu verstehen, wann Ihr Kind bereit ist mit der Beikost zu beginnen und Sie dabei unterstützen. Es ist wichtig bis zum 2. Lebensjahr und darüber hinaus zu stillen, wenn Sie und Ihr Kind es sich wünschen.



## Hilfe und Unterstützung finden.

Unsere Strukturen sind immer für Sie da: Wir informieren Sie, wie Sie uns erreichen können. Wir werden Ihnen eine Liste von Personen geben (Stillgruppen und Fachpersonen) die Sie beim Stillen, bei der Ernährung und ganz allgemein bei der Pflege Ihres Kindes unterstützen und Ihnen helfen können. Wenn Sie Unterstützung benötigen zögern Sie nicht Hilfe zu holen.



## Stillen können und sich willkommen fühlen ... überall!

Stillen ist in allen Einrichtungen dieses Sanitätsbetriebes willkommen. Wir verpflichten uns stillende Mütter freundlich zu empfangen und das Stillen in allen öffentlichen Einrichtungen zu fördern.

Dies ist die kurze Version der Betriebspolitik zum Stillen und zur Ernährung der Kinder, die sich auf die "10 Schritte zum erfolgreichen Stillen" und auf die "7 Schritte für eine baby und still-freundliche Gemeinde" WHO/UNICEF stützen.

Wenden Sie sich an das Personal um die vollständige Version zu bekommen.

