

# PHILIPS

# AVENT

## Stillpositionen

Eine lange und harmonische Stillbeziehung fördert die Mutter-Kind-Beziehung. Zudem enthält Muttermilch alles, was ein Baby für eine gesunde Entwicklung benötigt. Besonders wichtig ist es, dass Sie eine bequeme Haltung einnehmen, denn Entspannung beim Stillen sorgt dafür, dass die Milch besser fließt und Ihnen das Stillen leichter fällt.

### Empfohlene Stillpositionen für unterschiedliche Situationen



#### Wiegegriff

Diese Position gilt als traditionelle Stillposition, gut anwendbar zum Stillen an jedem Ort.



#### Fußball- oder Rückengriff

Diese Position ist geeignet für Mütter mit großen Brüsten, nach einem Kaiserschnitt und zum Stillen von kleinen und schläfrigen Babys.



#### Wiegegriff

(entgegengesetzte Hand)  
Diese Position bietet sich für den Stillbeginn an, solange die Lage des Babys noch korrigiert und unterstützt werden muss.



#### Stillen im Liegen

Diese Position eignet sich insbesondere beim nächtlichen Stillen oder wenn es Ihnen nicht gut geht.

### Stimulieren des Saugreflexes und Anlegen an die Brust



- 1 Kopf und Körper Ihres Babys sollten eine gerade Linie bilden.
- 2 Halten Sie den Körper Ihres Babys im rechten Winkel nahe an Ihrem Körper.



- 3 Berühren Sie Mund, Lippen und Kinn Ihres Babys mit Ihrer Brustwarze, um den Saugreflex zu stimulieren.
- 4 Die Nasenspitze des Babys sollte auf einer Höhe mit der Brustwarze sein.



- 5 Das Baby legt den Kopf zurück und öffnet den Mund weit.
- 6 Die Brustwarze zeigt in Richtung Gaumen des Babys. Seine Unterlippe sollte dabei nicht die Brustwarze berühren.



- 7 Führen Sie das Baby zur Brust – und nicht die Brust zum Baby.
- 8 Das Baby beginnt mit schnellen Bewegungen zu saugen, um den Milchspendereflex auszulösen. Sobald die Milch fließt, trinkt es langsamer.