

PHILIPS

AVENT

Mütterwissen  
kompakt

Praxistipps für den  
Start ins Leben

# Entspannung und Saugtraining

für Früh- und Neugeborene

# Ein aufregender Start ins Leben

Mit der Geburt beginnt eine unglaublich spannende Zeit mit vielen neuen Erfahrungen – für Sie und Ihr Baby. Um die aufregende neue Welt gut verarbeiten zu können, benötigen Babys vor allem Schlaf, Nahrung, Geborgenheit, Beruhigung und Entspannung.

Das alles findet das Neugeborene an der Brust der Mutter. Der natürliche Saugreflex, den Babys von Geburt an haben, dient nicht nur der Nahrungsaufnahme: Saugen hat eine beruhigende Wirkung auf das Baby und hilft ihm dabei, sich zu entspannen.

Der Saugreflex ist bei Babys unterschiedlich stark ausgeprägt, einige Neugeborene müssen ihn zunächst trainieren. Vor allem Frühgeborene haben anfangs manchmal Schwierigkeiten, an der Brust zu trinken, da sie noch zu schwach sind. Hier können spezielle Beruhigungssauger wie der Soothie von Philips Avent helfen, den Saugreflex des Babys zu trainieren.

Mit dieser Broschüre möchte Philips Avent Sie anschaulich über Soothies und Beruhigungssauger informieren und Ihnen wertvolle Tipps geben, wie Sie für sich und Ihr Kind Ihren eigenen Weg finden können.





## Ein beruhigendes **Gefühl**

Eine Geburt gehört zu den aufregendsten Erlebnissen der Welt – auch für das Baby. In diesen Momenten kann die Nähe zur Mutter, z.B. beim Stillen, dem Neugeborenen Halt geben. Das Stillen dient aber nicht nur der Nahrungsaufnahme: Ihr Baby erfährt durch das Saugen an der Brust auch Geborgenheit und Entspannung (sogenanntes non-nutritives Saugen).

Das Saugen an sich – ob an der Brust, am eigenen Händchen oder am künstlichen Sauger – hat eine beruhigende Wirkung auf das Baby und hilft ihm, sich zu entspannen und zu beruhigen. Dabei ist jedes Neugeborene anders: Manche Babys saugen mehr, andere weniger. Auch wenn Sie nicht mehr stillen möchten oder können, bleibt der Saugreflex Ihres Babys bestehen. Im Fokus steht dann allein die beruhigende Wirkung des Saugens.<sup>1,2</sup>



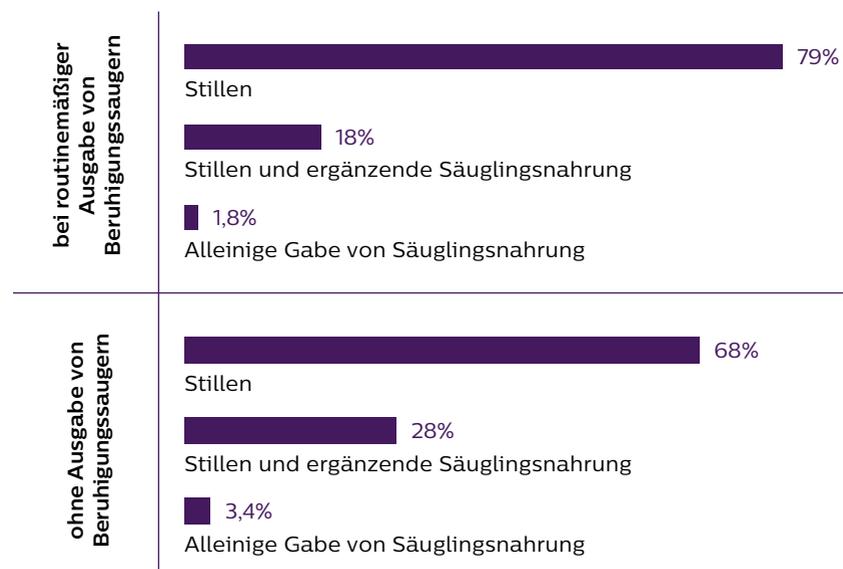
# Positive Wirkung aufs Stillen

Beruhigungssauger wirken sich positiv auf die Entspannung Ihres Babys aus. Einige Mütter haben jedoch Zweifel, ihrem Baby in den ersten Lebenswochen Beruhigungssauger zu geben und das Stillen negativ zu beeinflussen. Dass Eltern hier keine Sorgen haben müssen, zeigt eine Studie der Oregon Health & Science University in Portland (USA), die von positiven Auswirkungen der Beruhigungssauger auf das Stillen berichtet. Die Studie hat gezeigt, dass Neugeborene, die bereits im Krankenhaus routinemäßig einen Beruhigungssauger erhalten hatten, im Anschluss fast alle gestillt wurden. Nachdem die Beruhigungssauger nicht mehr standardmäßig von der Klinik zur Verfügung gestellt wurden, stieg der Anteil der Neugeborenen, die ergänzende Säuglingsnahrung benötigten, und der Anteil der gestillten Babys ging deutlich zurück.<sup>3</sup>

Nach aktuellen Erkenntnissen werden somit zum Stillen motivierte Mütter durch die Anwendung von Beruhigungssaugern unterstützt. Speziell geformte Beruhigungssauger wie der Soothie können sogar helfen, den Saugreflex des Babys zu trainieren.

## Einfluss von Beruhigungssaugern auf das Stillen\*

Vergleich Ergebnisse vor und nach Restriktion der Beruhigungssauger-Ausgabe



\* Studie der Oregon Health & Science University, Portland, USA, 2013: 2.249 Säuglinge waren in die Untersuchung eingeschlossen. Vergleich der Rate von ausschließlichem Stillen, Stillen und ergänzender Säuglingsnahrung und alleiniges Füttern mit Säuglingsnahrung. Die ersten 5 Monate des Beobachtungszeitraums wurden Beruhigungssauger routinemäßig ausgegeben, die letzten 8 Monate des Beobachtungszeitraums wurde auf die Gabe von Beruhigungssaugern verzichtet.

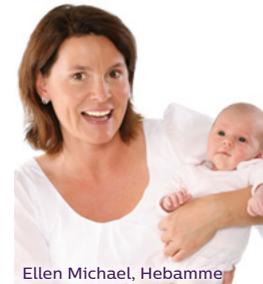
# Saugtraining für Frühchen



Eines von zehn Babys kommt vor der 37. Schwangerschaftswoche zur Welt. Diese frühgeborenen Babys haben besondere Bedürfnisse: Um die verpasste Zeit im Mutterleib aufzuholen, haben Frühchen einen hohen Nährstoffbedarf und brauchen besonders viel Fürsorge.<sup>4</sup> Alle wichtigen Nährstoffe, die die Frühgeborenen brauchen, enthält die Muttermilch. Doch oft sind Frühchen noch zu schwach, um selbstständig zu trinken, da Ihnen die Übung an der Brust der Mutter fehlt, und sie benötigen ergänzende Nahrung.

Spezielle Beruhigungssauger wie der Soothie können Frühchen unterstützen, ihren Saugreflex zu trainieren. Durch ein spezielles Design, das der Brustwarze der Mutter nachempfunden ist, können Frühchen natürlich wie an der Brust saugen. Der Soothie bleibt dabei wie die Brust in der Mitte des Mundes ohne zu verrutschen. Da die Soothies hinten offen sind, entsteht zudem kein Vakuum und der Sauger fällt aus dem Mund, wenn das Baby nicht mehr aktiv saugt.

Diese speziellen Beruhigungssauger können Frühgeborenen so helfen, das Saugen zu trainieren. Frühchen können damit genügend Kraft entwickeln, um selbstständig an der Brust zu saugen und Muttermilch aufzunehmen. Die Babys werden auf diese Weise auch schneller mit der Flasche gefüttert und müssen ggf. die Nahrung nicht mehr über eine Sonde bekommen. Bei Frühchen kann ein Soothie damit helfen, den Krankenhausaufenthalt zu verkürzen.<sup>5,6</sup>



Ellen Michael, Hebamme

„Frühchen haben besondere Bedürfnisse. Um die verlorene Zeit im Mutterleib aufzuholen, haben sie einen besonders hohen Nährstoffbedarf, der durch Muttermilch am besten gedeckt werden könnte. Doch viele Frühgeborene sind zu schwach, um an der Brust der Mutter zu saugen. Ich bin froh, dass es mit dem Soothie einen praktischen Helfer gibt, mit dem Frühchen ihren Saugreflex trainieren können.“

*Ellen Michael*

# Beruhigung und Saugtraining

für Früh- und Neugeborene



## Beruhigungssauger für alle Altersgruppen

- Kiefernrecht geformte, symmetrische Silikonssauger
- Luftlöcher im Saugerschild sorgen für Luftzirkulation und besseren Hautschutz
- Aufsteckbare Hygienekappe, praktisch auch für unterwegs



Die Philips Avent Beruhigungssauger sind in verschiedenen niedlichen Designs und unterschiedlichen Größen für Babys erhältlich:

- Mini-Schnuller: 0 bis 2 Monate
- Schnuller mit tailliertem Saugschild: 0 bis 6 Monate
- Schnuller mit größerem Saugschild: 6 bis 18 Monate und 18+ Monate



## Soothie: Saugtraining und Beruhigung

Der Philips Avent Soothie ist genau auf die Bedürfnisse von Neu- und Frühgeborenen abgestimmt:

- Brustwarzenförmiges Saugteil mit breitem Saugschild
- Latex- und PVC-frei, um Allergien vorzubeugen
- Geschmacksneutral
- Hygienisch und sicher, da aus einem Stück gefertigt
- Liegt rund um den Lippenbereich nicht an
- Gerades Schnullerschild animiert Babys zum „Festhalten“ mit dem Mund. Wird nicht aktiv trainiert, fällt der Soothie heraus.
- Öffnung hinter Saugteil, um Saugreflex mit kleinem Finger zu stimulieren
- In Kliniken im Einsatz

Mehr Informationen auf [www.philips.de/avent](http://www.philips.de/avent)

# Mütterwissen

## Antworten auf Ihre häufigsten Fragen

### Kann ein Beruhigungssauger beim Schlafen das Risiko des plötzlichen Kindstods reduzieren?

Babys, die beim Schlafen einen Beruhigungssauger nutzen, haben tatsächlich ein geringeres Risiko am plötzlichen Kindstod zu sterben. Dieser statistisch nachgewiesene Effekt kann wissenschaftlich noch nicht vollständig erklärt werden. Ein Vorteil könnte sein, dass der Sauger die Zunge oben im Mund hält. Dadurch könne verhindert werden, dass die Atmung des Babys aussetzt. Außerdem rollen sich Babys, die mit Saugern schlafen, seltener auf den Bauch und haben einen ruhigeren Schlaf.<sup>5,6</sup>

### Daumenlutschen oder Beruhigungssauger:

#### Was ist besser fürs Baby?

Viele Babys lutschen gerne an ihrem Daumen. Dieser ist jedoch nicht ideal auf die Stellung des sich entwickelnden Kiefers angepasst und kann somit zu Fehlstellungen führen. Ein Beruhigungssauger ist besser auf den Kiefer des Babys angepasst und mindert dieses Problem.<sup>1</sup>

### Wann und wie gewöhne ich meinem Kind den Beruhigungssauger wieder ab?

Trotz aller positiven Auswirkungen des Beruhigungssaugers empfehlen Zahnärzte, das Kleinkind vor dem 3. Geburtstag vom Sauger zu entwöhnen. Um dem Kind den Beruhigungssauger ohne große Tränen abzugewöhnen, kann man auf Tricks wie die „Schnuller-Fee“ zurückgreifen. Hier darf sich das Kind ein kleines Geschenk wünschen und gibt im Gegenzug seinen Sauger an die Schnuller-Fee ab. Ist das Kind noch zu klein, um Entwöhnungsrituale zu verstehen, hilft das schrittweise Abgewöhnen. Hierbei wird die Saugerzeit nach und nach reduziert.

<sup>1</sup> Philips Avent. HCP stories.

<sup>2</sup> Philips Avent. Stillratgeber. 2015.

<sup>3</sup> Kair L.R. Pacifier Restriction and Exclusive Breastfeeding. PEDIATRICS. 2013; DOI: 10.1542/peds.2012-2203.

<sup>4</sup> EFCNI. Factsheet: Breastfeeding a preterm infant.

<sup>5</sup> Canadian Paediatric Society. Recommendations for the use of pacifiers. Paediatr Child Health. 2003 Oct;8(8):515-519.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2791559/> (letzter Aufruf: 09.08.2016).

<sup>6</sup> Hanzer M. Non-nutritives Saugen am Beruhigungsschnuller. Kinder- und Jugendheilkunde. Stand: 2010.

<http://www.springermedizin.at/artikel/15631-non-nutritives-saugen-am-beruhigungsschnuller> (letzter Aufruf: 09.08.2016).



**Melden Sie sich gleich beim Philips Avent Club an unter: [www.philips.de/storchenpost](http://www.philips.de/storchenpost) und erhalten Sie die Storchenpost. Es erwarten Sie nützliche Informationen und Tipps sowie Überraschungen und Gewinne.**

Sie erreichen den Philips Avent Kundenservice unter:  
DE: 040 80 80 10 9 80  
AT: 01 546 325 103  
CH: 056 266 56 56 Schweizer Festnetztarif/tarif  
réseau fixe suisse/chiamata nazionale

Philips GmbH Market DACH, Personal Health  
Röntgenstraße 22, 22335 Hamburg

Die Marken sind Eigentum der Philips Group.  
© 2016 Koninklijke Philips N.V. Alle Rechte vorbehalten.

**Informationen für Mütter:**  
[www.philips.de/avent](http://www.philips.de/avent)  
**Informationen für Hebammen:**  
[www.philips.de/hebammen](http://www.philips.de/hebammen)

Diese Broschüre wurde Ihnen mit besten Empfehlungen überreicht von:

Stempel Ihrer Hebamme/Arztpraxis/Stillberaterin