

## Grundlagen – Zehn Schritte zum erfolgreichen Stillen

- Schritt 1:** Das gesamte Personal, welches an der Pflege von Mutter und Kind beteiligt ist, erhält schriftliche Richtlinien zur Förderung des Stillens.
- Schritt 2:** Das Personal wird regelmässig geschult, um die Richtlinien erfüllen zu können.
- Schritt 3:** Alle schwangeren Frauen werden über die Vorteile und die Praxis des Stillens informiert.
- Schritt 4:** Mütter haben unmittelbar nach der Geburt Haut-zu-Haut-Kontakt mit dem Kind. Es wird ihnen ermöglicht, ihr Kind innerhalb der ersten ein bis zwei Stunden nach der Geburt anzulegen.
- Schritt 5:** Die Mütter erhalten Anleitung und Unterstützung beim Stillen. Sie werden instruiert, wie sie die Milchproduktion aufrechterhalten können, falls sie zeitweise von ihrem Kind getrennt sind. Mütter von Frühgeborenen, kranken oder behinderten Neugeborenen, die noch nicht an der Brust saugen können, erhalten spezielle Hilfe zur Förderung des späteren Stillens. Mütter, die nicht stillen, erhalten eine Anleitung zur Ernährung des Neugeborenen.
- Schritt 6:** Säuglinge, die gestillt werden, erhalten nur dann zusätzliche Flüssigkeit oder Nahrung, wenn es dafür eine medizinische Indikation gibt.
- Schritt 7:** Das System des Rooming-in erlaubt Mutter und Kind, Tag und Nacht zusammen zu sein; die Einrichtung gewährleistet dieses System.
- Schritt 8:** Das Stillen wird dem Rhythmus des Kindes angepasst.
- Schritt 9:** Saugflaschen, Schnuller (Nuggi) und Saughütchen werden in den ersten Tagen nach der Geburt vermieden.
- Schritt 10:** Die Einrichtung fördert und pflegt eine enge Zusammenarbeit mit den frei praktizierenden Hebammen, Stillberatungs-, Mütter-/Väterberatungsstellen sowie Stillgruppen. Sie überweist die Mütter nach Austritt an diese Fachpersonen.

### Komitee für UNICEF Schweiz und Liechtenstein

Pfingstweidstrasse 10, 8005 Zürich

Telefon +41 (0)44 317 22 66

Fax +41 (0)44 317 22 77

[www.unicef.ch](http://www.unicef.ch)

Postkonto Spenden: 80-7211-9



unicef   
für jedes Kind