



## Unsere Stillphilosophie

### *Gut vorbereitet sein*

Die Vorbereitung auf das Stillen beginnt vor der Geburt. Deshalb informieren wir die Frauen im Rahmen der Schwangerenvorsorge und der Geburtsvorbereitungskurse.

### *Erstkontakt*

Nach der Geburt fördern wir den ungestörten Erstkontakt. Wir unterstützen Mutter und Kind beim Stillen sobald beide bereit dazu sind.

### *Sich in Ruhe kennenlernen*

Damit sich Mutter und Kind gegenseitig kennenlernen, sind sie 24 Stunden beisammen (Rooming-in). Wir geben dem Neugeborenen und seiner Mutter Zeit um ihren eigenen Stillrhythmus zu finden und gestalten deshalb den Tagesablauf offen und flexibel. Falls Mutter und Kind zeitweise getrennt werden müssen, begleiten wir die Mutter so, dass sie später trotzdem erfolgreich stillen kann.

### *Optimale Ernährung*

Die Muttermilch deckt den Bedarf des Säuglings. Nur wenn notwendig geben wir ihm – nach Absprache mit der Mutter – zusätzliche Flüssigkeit mit dem Becher. Damit das Neugeborene sein Saugverhalten ungestört lernen kann, verzichten wir auf einen routinemässigen Gebrauch von Nuggis. Hilfsmittel setzen wir dann ein, wenn sie notwendig sind. Wir machen keine Werbung für Muttermilchersatzprodukte und Hilfsmittel.

### *Fachkompetente Begleitung*

Damit wir Eltern und Kind kompetent und professionell beraten und begleiten können, bilden wir uns regelmässig weiter. Wir unterstützen die Eltern auch dann, wenn ein Kind nicht gestillt wird. Auch nach dem Spitalaustritt haben Eltern die Möglichkeit unsere Beratung in Anspruch zu nehmen, u.a. im Stillambulatorium.