Inhalt

Geleitwort 9
Sabine Koopmann, Stillbeauftragte im Bund Deutscher Hebammen

Vorwort 11
Prof. Dr. med. Hildegard Przyrembel, Geschäftsführerin der Nationalen Stillkommission Deutschlands am BgVV

1. Entscheidungshilfen für das Stillen

1.1 Die Vorteile der Muttermilch 13
Hildegard Przyrembel

1.2 Vorteile des Stillens aus Sicht der Geburtshilfe 25
Renate Huch

1.3 Die Vorteile des Stillens aus Sicht der Mutter – Stillerfahrungen 33
Birgit Pfahl

1.4 Das Stillen und der Austausch von Signalen zwischen Mutter und Kind – eine entwicklungsgeschichtliche und neuro-endokrinologische Betrachtung 45
Jan Winberg

2. Vorbereitung auf das Stillen und erste Schritte

2.1 Vorbereitung auf das Stillen in der Schwangerschaft 61
Brigitte Benkert

2.2 Erstes Anlegen und Wochenbettpflege 67
Andrea Wehling

2.3 Notwendige Untersuchungen und Versorgung des gesunden Neugeborenen 75
H. B. von Stockhausen

3. Aspekte aus der Stillpraxis

3.1 Stillen bei Erkrankung der Mutter aus frauenärztlicher Sicht 87
M. Scheele

3.2 Stillen und Muttermilchernährung bei Frühgeborenen und kranken Neugeborenen und Säuglingen 121
Skadi Springer

3.3 Beratung bei Stillproblemen 145
Angelika Grützmacher

3.4 Begleitung des Stillens zu Hause 157
Brigitte Benkert

3.5 Zur Bakteriologie und zum Umgang mit Muttermilch 163
Skadi Springer

3.6 Stillen und Empfängnisverhütung 171
Günter Freundl

3.7 Von verschwiegenen Gefühlen – Stillen und Partnerschaft 184
Carmen Thomas

4. Spezielle Aspekte der Muttermilchernährung

4.1 Nährstoffsupplemente bei gestillten Kindern 193
Karl E. Bergmann, Renate L. Bergmann

4.2 Ernährung der stillenden Mutter und Beikost für das gestillte Kind 198
Mathilde Kersting

4.3 Rückstände in Frauenmilch 210
Bärbel Vieth, Barbara Heinrich-Hirsch

4.4 Arzneimittel und Stillen – verträgt sich das? 227
Christof Schaefer

4.5 Muttermilch und Allergie 249
Renate L. Bergmann

5. Unterstützung und Hilfe

5.1 Gesetzliche Hilfen und Rechte für Stillende 255
Brigitte Benkert

5.2 Die Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen (AFS) Bundesverband e.V. stellt sich vor 259

5.3 Stillen, einfach nur stillen – La Leche Liga Deutschland e.V. (LLL) 262

5.4 Aktionsgruppe Babynahrung (AGB) e.V. 266

6. Stillen in Deutschland – Grundlagen und Rahmenbedingungen

6.1 Über das Stillen in Deutschland – die SuSe-Studie 269
Mathilde Kersting, Madeleine Dulon

6.2 Empfehlungen der Nationalen Stillkommission Deutschlands 279

6.3 Empfehlungen der Nationalen Stillkommission Deutschlands zur Stillförderung in Krankenhäusern 284

6.4 „Stillfreundliches Krankenhaus" – eine gemeinsame Initiative von WHO und UNICEF 297

7. Anhang

7.1 Zusammenfassende Literaturübersicht 299

7.2 Autorenverzeichnis 310

7.3 Stichwortverzeichnis 314