



STILLZEIT



STILLPOSITION EINFACH ERKLÄRT:

Modifizierte Wiegehaltung

FÜR DEN START IN DIE STILLZEIT

Bei der modifizierten Wiegehaltung liegt das Köpfchen des Babys nicht in der Armbeuge, sondern in der Hand. Diese Position eignet sich vor allem für den Start in die Stillzeit.



Modifizierte Wiegehaltung

1. Setze oder lege dich bequem hin.
2. Dein Baby liegt mit seinem Bauch eng an deinem Bauch.
3. Die Hände deines Babys sind nah an deiner Brust.
4. Das Ohr, die Schulter und die Hüfte deines Babys bilden eine Linie.
5. Deine Hand liegt zwischen den Schultberlättern deines Babys.
Der Kopf wird durch deine Finger gestützt.
6. Mit der zweiten Hand kannst du bei Bedarf deine Brust von unten halten
(die Finger sind dabei 2 bis 3 cm von der Brustwarze entfernt) oder das
Baby stützen.

