

# Inhalt

<b>Dank</b> .....	10
<b>Vorwort</b> .....	12
<b>1 Einleitung</b> .....	14
<i>Im Mittelpunkt: die Beziehung zwischen Mutter und Baby</i> .....	15
<i>Die Grundlagen dieses Buches</i> .....	15
<i>Die Inhalte dieses Buches</i> .....	16
<i>Warum das Augenmerk auf Gewicht und Wachstum richten?</i> .....	17
<i>Neu: Momentaufnahmen zum Verlauf zusammengefügt</i> .....	17
<i>Neu: Interpretationskriterien auch für die ersten Monate</i> .....	18
<i>Neu: passender Maßstab zum Erkennen feiner Veränderungen</i> .....	18
<i>Neu: Rückschlüsse aus dem grafischen Verlauf der Kurve</i> .....	19
<i>Neu: ein Programm zum Vereinfachen der Dokumentation</i> .....	19
<i>Wie Sie dieses Buch und das Programm STILLDOK benutzen</i> .....	20
<i>Hinweis zum Lesen der Diagramme</i> .....	21
<b>2 Beratung und Dokumentation</b> .....	22
<b>3 Grundsätzliches zum Beurteilen von Stillverläufen</b> .....	26
3.1 Warum ist eine zuverlässige Beurteilung wichtig?.....	26
<i>Dokumentation beim gestillten Baby</i> .....	27
<i>Dokumentation bei künstlicher Säuglingsnahrung</i> .....	27
3.2 Warum den gesamten Verlauf betrachten? .....	28
3.3 Kriterien zur Beurteilung des Wachstums und des Stillverlaufs .....	29
<i>Beobachtungen – vielschichtige Informationen</i> .....	30
<i>Ausscheidungen – eine schnelle Einschätzung</i> .....	32
<i>Gewichtsverlauf – ein geniales Frühwarnsystem</i> .....	33
<b>4 Den Gewichtsverlauf dokumentieren</b> .....	34
4.1 Die WHO-Standards als Grundlage .....	34
<i>Perzentilkurven</i> .....	34
<i>z-scores</i> .....	35
<i>WHO-Wachstumsstandards</i> .....	36
<i>Folgerungen für gestillte und nicht gestillte Babys</i> .....	38
<i>Folgerungen für die Unterstützung beim Stillen</i> .....	39

4.2	Wiegen und messen.....	40
4.3	Wie häufig wiegen?.....	40
4.4	Beurteilung des Gewichtsverlaufs in Zahlen .....	42
	<i>Der untere Grenzwert für die wöchentliche Gewichtszunahme .....</i>	43
	<i>Kopfrechnen oder Kurve?.....</i>	44
4.5	Gewichtsverlauf von Hand dokumentiert.....	45
4.6	Gewichtsverlauf in den Vorsorgeheften.....	47
4.7	Gewichtsverlauf mit dem Programm STILLDOK.....	48
	<i>Individuelle Gewichtskurven mit STILLDOK .....</i>	48
	<i>Dokumentation weiterer Informationen mit STILLDOK .....</i>	49
	<i>Diagramme in STILLDOK.....</i>	51
	<i>Anwendungsmöglichkeiten von STILLDOK .....</i>	52
<b>5</b>	<b>Den Gewichtsverlauf interpretieren .....</b>	<b>53</b>
	<i>Grundlagen der Interpretation .....</i>	53
5.1	Normaler Verlauf oder besondere Situation? .....	54
	<i>Begleiten in den ersten Tagen.....</i>	55
	<i>Begleiten in den späteren Wochen.....</i>	55
5.2	Der Gewichtsverlauf beim gesunden termingeborenen Baby .....	56
	<i>Die physiologische Abnahme nach der Geburt.....</i>	56
	<i>Altersgemäßes Wachstum: perzentilenparallel.....</i>	58
	<i>Rückschlüsse auf die Milchbildung der Mutter.....</i>	60
	<i>Alltägliche Krankheiten.....</i>	60
	<i>Unterschiedliches Wachstum vor und nach der Geburt .....</i>	61
	<i>Längenwachstum und Kopfumfang.....</i>	62
	<i>Gewichtsverlauf bei künstlicher Säuglingsnahrung.....</i>	63
5.3	Kreuzen von Perzentilen nach unten.....	64
	<i>Suboptimale Gewichtszunahme .....</i>	64
	<i>Deutlich zu geringe Gewichtszunahme.....</i>	65
	<i>Schwere Gedeihstörung .....</i>	67
	<i>Langsames Kreuzen der Perzentilen .....</i>	69
	<i>Langsames Wachstum oder Gedeihstörung?.....</i>	69
5.4	Ursachen für zu wenig Milch und/oder nicht ausreichende Gewichtszunahme .....	73

	<i>Mütterliche Ursachen für zu wenig Milch/Gewichtszunahme</i> .....	74
	<i>Kindliche Ursachen für zu wenig Milch/Gewichtszunahme</i> .....	76
5.5	Kreuzen von Perzentilen nach oben .....	79
	<i>Übergewicht beim gestillten Baby?</i> .....	79
	<i>Sehr reichliches Muttermilchangebot</i> .....	83
	<i>Übergewicht bei künstlicher Säuglingsnahrung</i> .....	84
	<i>Übergewicht im zweiten Lebenshalbjahr</i> .....	85
5.6	Gewichtsverläufe in besonderen Situationen .....	86
	<i>Beruhigungssauger und Gewichtsverlauf</i> .....	86
	<i>Brusthütchen und Gewichtsverlauf</i> .....	87
	<i>Ungewollte Abstillspiralen</i> .....	88
	<i>Ein zu kurzes Zungenband</i> .....	89
	<i>Ein übermäßig weinendes Baby</i> .....	90
	<i>Das frühgeborene Baby</i> .....	91
	<i>Lippen-Kiefer-Gaumenspalte</i> .....	92
	<i>Schwere Krankheiten, Behinderungen</i> .....	93
	<i>Gewichtsverlauf und plötzlicher Kindstod</i> .....	93
5.7	Mögliche Fehlinterpretationen .....	94
<b>6</b>	<b>Sinnvolle Maßnahmen ergreifen</b> .....	96
6.1	Stillmanagement in den ersten Tagen .....	96
	<i>Bedingungen für einen guten Stillstart für jede Mutter</i> .....	97
	<i>Weitere Maßnahmen bei Risikofaktoren</i> .....	98
6.2	Stillmanagement in den ersten Wochen und Monaten .....	101
6.3	Die zentrale Frage: Welche Stillfrequenz? .....	103
	<i>Motivation für eine angemessene Stillfrequenz</i> .....	105
	<i>Gibt es Wachstumsschübe?</i> .....	106
6.4	Maßnahmen beim Beginn der Stillmahlzeit .....	106
	<i>Vom Baby initiiertes Stillbeginnen</i> .....	107
	<i>Von der Mutter initiiertes Anlegen</i> .....	108
	<i>Hinführung zum Saugen an der Brust</i> .....	109
	<i>Umgewöhnung von der Flasche zur Brust</i> .....	110
	<i>Beratung bei Anlegeschwierigkeiten</i> .....	112
6.5	Abstillspiralen vermeiden .....	112

6.6	Maßnahmen bei wenig Milch.....	112
	<i>Unbegründete Sorge, zu wenig Milch zu haben</i> .....	113
	<i>Einfache Maßnahmen, um die Milchmenge zu steigern</i> .....	114
	<i>Zusätzliche Maßnahmen, um die Milchmenge zu steigern</i> .....	114
6.7	Bei Bedarf: Zufüttern an der Brust .....	116
	<i>Wahl der zugefütterten Milch</i> .....	117
	<i>Vom Erwachsenen regulierte Fließgeschwindigkeit</i> .....	118
	<i>Vom Baby regulierte Fließgeschwindigkeit</i> .....	119
	<i>Verschiedene Hilfsmittel zum Zufüttern an der Brust</i> .....	121
	<i>Die Wahl des Hilfsmittels und des Schlauches</i> .....	123
6.8	Zufütterung und Gewichtskurve .....	124
	<i>Aufholwachstum ab Beginn der Zufütterung</i> .....	124
	<i>Die Zufütterung abschätzen</i> .....	125
	<i>Aufbau der Milchbildung</i> .....	126
	<i>Reduzierung der Zufütterung</i> .....	127
	<i>Babys, die ihren Bedarf nicht zeigen können</i> .....	128
	<i>Babys, die ein Nahrungsangebot schwer annehmen können</i> .....	128
6.9	Erfahrungen mit Zufütterung an der Brust.....	129
6.10	Die negativen Auswirkungen einer Flasche minimieren .....	130
6.11	Bei Bedarf: gutes Pumpmanagement .....	132
6.12	Maßnahmen bei einer schweren Gedeihstörung .....	133
	<i>Motivation der Eltern</i> .....	134
	<i>Überprüfung der aktuellen Ernährungssituation</i> .....	135
	<i>Ausführliche Ernährungsberatung</i> .....	135
	<i>Begleitung der Eltern</i> .....	137
6.13	Abfallen der Gewichtskurve bei Stillen und Beikost.....	138
6.14	Bindungsförderung, wenn nicht gestillt wird .....	139
<b>7</b>	<b>Zu erwartende Ergebnisse einer übersichtlichen</b>	
	<b>Verlaufsdokumentation</b> .....	140
<b>8</b>	<b>Das Wichtigste im Überblick</b> .....	142
	<i>Das Beratungsziel</i> .....	142
	<i>Die Beurteilung eines Stillverlaufs und Maßnahmen</i> .....	142
	<i>Die Beurteilung des Gewichts</i> .....	146

<i>Erforderliche Maßnahmen beim Kreuzen von Perzentilen</i> .....	146
<i>Klassifikation: Kreuzen von Perzentilen nach unten</i> .....	148
<b>9 Beispiele von Stillverläufen</b> .....	150
9.1 Normaler Stillverlauf .....	151
9.2 Brusthütchen verursacht zu geringe Gewichtszunahme.....	152
9.3 Langsame Gewichtszunahme ohne künstliche Säuglingsnahrung aufgefangen .....	154
9.4 Stillen durch Zufütterung von künstlicher Säuglingsnahrung an der Brust erhalten .....	156
9.5 Abfallender Gewichtsverlauf – keine Maßnahmen.....	158
9.6 Ausschließlich gestillt, schwere Gedeihstörung, schließlich Flasche .....	160
9.7 Schwere Gedeihstörung bei künstlicher Säuglingsnahrung .....	162
9.8 Übergang zum vollen Stillen bei Frühgeburt mit 840 Gramm .....	164
9.9 Mangelnde Gewichtszunahme als möglicher Risikofaktor für ALTE und SIDS .....	166
9.10 Überstarker Milchspendereflex und Abstillmedikamente .....	168
9.11 Adoptivfamilie: Stillen und Flasche nach Drogenentzug .....	170
9.12 Stillen und Zufütterung an der Brust bei primärer Laktationsinsuffizienz.....	172
9.13 Zufütterung an der Brust zu schnell reduziert.....	174
<b>10 Anhang</b> .....	176
10.1 Materialien für die Dokumentation von Hand .....	176
10.2 STILLDOK Kurzanleitung .....	176
<i>Voraussetzungen für die Anwendung von STILLDOK</i> .....	176
<i>STILLDOK auf den Computer übernehmen</i> .....	176
<i>Für jedes weitere Kind STILLDOK-Datei neu speichern</i> .....	176
<i>Wenn Sie nur die Gewichtskurve darstellen wollen</i> .....	177
10.3 Die CD .....	178
10.4 Kontaktadressen .....	192
10.5 Anmerkungen .....	195
10.6 Literatur .....	210
10.7 Register .....	219