



Stillprotokoll

BEBA Family 
www.bebafamily.de



Stillen ist das Beste für dein Baby

Nimm dir die Zeit und such dir einen ruhigen Ort. Lass dich zu Beginn von deiner Hebamme beraten. Sie kann dir das richtige Anlegen zeigen und hilft dir bei Stillproblemen.

Alles im Griff?

Du als Mama machst auch beim Stillen bestimmt vieles intuitiv richtig und du und dein Baby, ihr seid schon in vielem ein eingespieltes Team. Aber weil Stillen manchmal ganz schön lange dauern kann und auch der stärkste Arm irgendwann ermüdet, haben wir noch ein paar praktische Tipps, wie du die optimale und wirklich ganz entspannte Position finden kannst:

Erfahre mehr:





Rückengriff

Lege dein Baby mit seinem Bauch auf deine Hüfte. Das Köpfchen liegt in Höhe deines Bauchnabels, seine Beine zeigen nach hinten. Führe nun den Kopf mit deiner Hand sanft zur Brust und stütze ihn im Nacken.

Wiegegriff

Der Kopf deines Babys liegt in deiner Armbeuge, sein unterer Arm an deiner Taille. Mit der Hand hältst du den Oberschenkel deines Babys. Hebe den Arm langsam, um sein Gesicht an deine Brust zu führen.



In Position

Du liegst deinem Baby auf einer bequemen Unterlage gegenüber. Sein Mund befindet sich in Höhe deiner Brustwarze. Rücke eure Positionen behutsam zurecht, bis dein Baby die Brustwarze findet und trinkt.



Unsere ersten Tage

Stillen ist das Beste für dein Baby, aber gerade am Anfang kann es eine Weile dauern, bis ihr euch an diese besondere Situation gewöhnt habt. Dieses Protokoll kann dich bei der Dokumentation unterstützen.

Markiere:

- die Stunden, in denen du stillst
- ob du dein Baby zum Stillen wecken musstest
- welche Brustseite du angelegt hast
- ob die Windel voll war
- ob du eine Säuglingsmilchnahrung (alleine oder zum Zufüttern) genutzt hast

Mach dir keine Sorgen, wenn es nicht direkt rundläuft, und wende dich jederzeit an deine Hebamme, wenn du Fragen hast.

Tag 1

Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Wach oder geweckt (W/G)																								
Seite (re/li)																								
Dauer (Std.)																								
Urin																								
Stuhl																								
Säuglings-nahrung (ml)																								
Notizen																								

Tag 2

Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Wach oder geweckt (W/G)																								
Seite (re/li)																								
Dauer (Std.)																								
Urin																								
Stuhl																								
Säuglings- nahrung (ml)																								
Notizen																								

Tag 3

Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Wach oder geweckt (W/G)																								
Seite (re/li)																								
Dauer (Std.)																								
Urin																								
Stuhl																								
Säuglings- nahrung (ml)																								
Notizen																								

Tag 4

Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Wach oder geweckt (W/G)																								
Seite (re/li)																								
Dauer (Std.)																								
Urin																								
Stuhl																								
Säuglings- nahrung (ml)																								
Notizen																								

Tag 5

Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Wach oder geweckt (W/G)																								
Seite (re/li)																								
Dauer (Std.)																								
Urin																								
Stuhl																								
Säuglings- nahrung (ml)																								
Notizen																								

Tag 6

Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Wach oder geweckt (W/G)																								
Seite (re/li)																								
Dauer (Std.)																								
Urin																								
Stuhl																								
Säuglings- nahrung (ml)																								
Notizen																								

Tag 7

Uhrzeit	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Wach oder geweckt (W/G)																								
Seite (re/li)																								
Dauer (Std.)																								
Urin																								
Stuhl																								
Säuglings-nahrung (ml)																								
Notizen																								

Wir sind immer für dich da!

Stillen ist die natürlichste Sache der Welt –

und der beste Schutz für die Gesundheit deines Babys. Damit du und dein Baby ganz entspannt die Stillzeit erleben und genießen könnt, sind wir an deiner Seite. Gerne beraten wir dich auch persönlich. Wende dich einfach an unsere Hebamme Daniela Lauer und ihr Team.



Unsere Hebamme und Stillberaterin Daniela Lauer beantwortet gerne deine Fragen rund um die Themen Stillen, Schwangerschaft und Geburt.

Du erreichst unsere Hebamme im deutschen Telefonnetz montags von 14 bis 16 Uhr unter 0800 5893917 (gebührenfrei) oder per E-Mail an hebamme@bebafamily.de

Unsere Expertentalks von und für Eltern:

www.bebafamily.de/club/experten-talks



Wir sind für Euch da:

bebafamily.de

0800 2344944

Mo. – Fr. | gebührenfrei



Information für Eltern, auszuhändigen durch medizinisches Fachpersonal.

Wichtige Hinweise: Stillen ist das Beste für dein Baby. Ausschließliches Stillen in den ersten 6 Monaten ist ideal für dein Baby und es sollte so lange wie möglich gestillt werden. Sprich mit deinem Kinderarzt, deiner Kinderärztin oder deiner Hebamme, wenn du eine Säuglingsnahrung verwenden willst.

BEBA Family 
www.bebafamily.de

Nestlé Nutrition GmbH
Baseler Straße 46, D-60329 Frankfurt am Main

Nestlé Österreich GmbH
Wiedner Gürtel 9, A-1100 Wien