






# Beobachtungstabelle

für die Stillzeit

	erste 24-48 Stunden	Tag 3 & 4	ab Tag 5	Woche 2-3	Woche 4-8	3.-6. Monat
	nach Geburt lange Hautkontakt, frühe Hungerzeichen beachten, gutes Erfassen der Brust, 8-12x Stillen in 24 Stunden	rhythmisches, ausdauerndes Saugen ohne Schmerzen	8-12x Stillen in 24 Stunden Baby schluckt hörbar bequeme Stillposition	8-12x Stillen in 24 Stunden Wechsel von schnellem & langsamem Saugen, Saugbedürfnis befriedigt	das Stillen bleibt in den ersten Monaten meist konstant Entwicklungsschübe äußern sich mit erhöhter Stillfrequenz	WHO & Beikostempfehlung: ausschließlich Stillen im ersten halben Lebensjahr, dann kindorientierter Beikostbeginn
	innerhalb 8 Std. nach Geburt erster Urin / Stuhlgang  rostroter Urin wird "Ziegelmehlurin" genannt	Stuhl beginnt heller zu werden mind. 3x in 24 Std.  Urin heller-blass mind. 5-6 schwer nasse Windeln in 24 Std.	kein Mekonium mehr, Stuhlgang ist sämig & gelb oder gelb & flüssig  5-6 nasse schwere Windeln / 24 Std.	Stuhlgang gelb bis gelbgrün, breiig, sämig bis flüssig 2-5x Stuhl / Tag  5-6 schwere nasse Wegwerfindeln je 24 Stunden	normale Frequenz: Stuhlgang mehrmals am Tag bis 1x in 14 Tagen  5-6 nasse schwere Windeln / 24 Std.	normale Frequenz: Stuhlgang mehrmals am Tag bis 1x in 14 Tagen  5-6 nasse schwere Windeln / 24 Std.
	anfängliche Gewichtsabnahme bis 7% vom Geburtsgewicht abhängig von unterschiedlichen Faktoren	Gewichtsabnahme normal bis 7%  sonst ggf. Stillberatung hinzuziehen  maximal 10%	ab Tag 5 beginnt Gewichtszunahme  Geburtsgewicht erreicht an Tag 10, spätestens Tag 14	keine weitere Gewichtsabnahme, Geburtsgewicht wieder erreicht, normale Zunahme abhängig von Geburtsgewicht & Geschlecht	keine weitere Gewichtsabnahme, normale Zunahme abhängig von Geburtsgewicht & Geschlecht: meist etwa 170-330g / Woche	keine weitere Gewichtsabnahme, normale Zunahme ab 3. Monat: 110-330g / Woche ab 5. Monat: 70-110g / Woche
	Baby wird wach, meldet sich von selbst bei frühen Stillzeichen anlegen weiterhin ausgedehnter Hautkontakt	beim Stillen läuft die Milch an anderer Brust mit Baby schluckt hörbar, Hautkontakt <u>Bei Problemen frühzeitig Stillberatung.</u>	hörbares Schlucken beim Stillen  nach dem Stillen: "Milchbart", entspannte Hände, als Mama: entspannt, durstig, müde	gesund, lebhaft, aufmerksam  altersgemäß entwickelt  kein Schnuller- und Zufütterbedarf	altersgemäße Entwicklung wird bei Untersuchungen festgestellt Hautkontakt, Tragen und Interaktion befriedigen Bedürfnisse	Entwicklung altersgerecht Beikostreifezeichen und Interesse an Nahrung ermöglichen den Beikostbeginn mit Brei & Fingerfood