

Emzirme – bir avuç bilgi

Emzirmenin doğası gereği

Süt üretimi zaten hamilelik sırasında başlar. İlk altı ay boyunca bir bebeğin sadece anne sütüne ihtiyacı vardır. Bundan sonra, uygun tamamlayıcı gıdalarla birlikte emzirmeye devam edilmesi önerilir. Anne ve çocuk istediği sürece, hatta iki yıl veya daha uzun süre.

Doğumdan hemen sonra doğrudan cilt teması

Aşık olma zamanı! Kapsamlı ve rahatsız edilmeden ten tene temas, samimi bir bağı destekler. Genellikle bebek emzirmeye başlar Bu durumda tek başına emzirmek.

Emzirme sırasında yaslanmış duruş

Bebek karnında yatarken anne iyice desteklenmiş ve rahatlamış bir şekilde arkasına yaslanır. Bu pozisyon bebeğin memeye ulaşmasını kolaylaştırır çünkü doğuştan gelen emzirme refleksleri iyi çalışabilir.

Sık emzirmek doğru ve önemlidir

Bir bebek 24 saat içinde sekiz ila on iki kez – veya daha fazla – emzirilmek ister. Bu şekilde bol miktarda süt ve çok fazla fiziksel yakınlık elde eder.

Anne sütünün elle çekilmesi

Anneler sütlerini elle de etkili bir şekilde çıkarabilirler. Bu yöntem çok pratiktir, öğrenmesi kolaydır ve sizi teknik yardımlardan bağımsızdır.



DSÖ'nün emzirme tavsiyesi

Sadece 6 ay boyunca emzirin. Çocuğunuzun başka bir gıdaya veya sıvıya ihtiyacı yoktur. Yedinci aydan itibaren tamamlayıcı beslenmeyi huzur içinde başlatın ve emzirmeyi çocuğunuz 2 yaşına veya daha ileri yaşlara kadar sürdürün – tam da sizin ve çocuğunuzun istediği şekilde.

“Babyfreundlich” girişimi

Almanya’da WHO/UNICEF girişimi BABYFREUNDLICH, bebek dostu olarak sertifikalandırılan hastanelerimizin kalitesini güvence altına almaktadır. Hepsi WHO ve UNICEF’in kanıtlanmış 10 adımına göre çalışıyor – gözle görülür bir başarı ile. Sevgiye yer veriyoruz.

WHO/UNICEF-Initiative BABYFREUNDLICH e. V.

Zum Aquarium 6 a

46047 Oberhausen

Tel.: 0208 828556-0

E-Mail: info@babyfreundlich.org



babyfreundlich.org