



Nähren mit der Babyflasche

Ein Ratgeber von UNICEF Schweiz

Impressum

Herausgeberin: Schweizerisches Komitee für UNICEF

Bezugsadresse: UNICEF Schweiz, Pfingstweidstrasse 10, 8005 Zürich

Die Informationen in dieser Broschüre wurden in Anlehnung an Vorlagen von UNICEF Grossbritannien sowie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Deutschland sowie in Rücksprache mit dem schweizerischen Bundesamt für Gesundheit, und mit der Ernährungskommission SGP erarbeitet.

Dank

Wir danken Dr. med. Cornelia Conzelmann für die Zusammenstellung der Information sowie dem Fachbeirat der Stillförderung Schweiz unter der Leitung von Frau Dr. med. Katharina Quack Lötscher MPH für die fachliche Begleitung.

Vorwort

Die neun Monate im Bauch der Mutter sowie die frühe Kindheit gehören zu den wichtigsten Phasen in der Entwicklung jedes Menschen. Bereits jetzt werden viele Weichen für die Zukunft und die Gesundheit gestellt. Gestützt auf die Kinderrechtskonvention haben das Kinderhilfswerk UNICEF und die Weltgesundheitsorganisation (WHO) sich zum Ziel gesetzt, die erste Lebensphase eines Neugeborenen besonders zu schützen. Dazu gehört, dass Frauen rund um die Geburt professionell begleitet, gut beraten und betreut werden. Dies fördert eine tragende Mutter-Kind-Beziehung und stärkt die physische und psychische Gesundheit von Mutter, Baby und der ganzen Familie. Jedes Kind hat ein Recht auf den bestmöglichen Start ins Leben. Eine zentrale Rolle spielt die Ernährung. Aus Sicht der WHO ist Muttermilch im ersten halben Jahr und parallel zur Einführung von Beikost über das erste halbe Jahr hinaus für Säuglinge das optimale Lebensmittel. Es bietet alle wichtigen Nährstoffe und ist von Natur aus gesundheitsfördernd. Nicht alle Mütter können oder wollen aber ihrem Kind die Brust geben. Manche Eltern wählen die Babyflasche und manche stillen teilweise und verwenden zusätzlich eine Babymilch. Säuglingsmilchprodukte sind hochwertige Lebensmittel, die in ihrer Zusammensetzung dem Ernährungsbedarf eines Babys entsprechen. In dieser Broschüre finden Sie Informationen darüber, wie Sie für Ihr Kind die passende Babymilch wählen, wie Sie sie sicher zubereiten und was es sonst noch zu beachten gilt. Zögern Sie nicht, Ihre Hebamme, die Mütter- und Väterberaterin, die Stillberaterin oder Ihren Kinder- oder Hausarzt zu fragen, falls Sie weitere Informationen oder eine Beratung brauchen.

Elsbeth Müller

Elsbeth Müller, Geschäftsleiterin UNICEF Schweiz

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
1. Welche Milch für das Baby?	5
Säuglingsanfangsnahrung oder Anfangsmilch	5
Folgemilch	6
Hypoallergene Milch	6
Weitere Milchprodukte	7
2. Der Umgang mit Sauger und Flasche	8
Wahl von Sauger und Flasche	8
Vorbereiten von Sauger und Flasche	8
Zubereiten der Milch	9
Hygiene: oberstes Gebot	10
Aufbewahren und Aufwärmen	11
Mit der Babyflasche unterwegs	12
3. Mahlzeiten gemeinsam genießen	13
Wie oft, wie viel?	15
Übersättigung vermeiden	15
Ist das Baby hungrig?	15
Bekommt das Baby genug?	16
Was tun bei Verstopfung?	17
Alt genug für Brei & Co.?	17
Quellen	18

1. Welche Milch für das Baby?

Muttermilch-Ersatzprodukte sind auf Alter und Situation des Babys abgestimmt. Sie sind als «Babymilch» bei Grossverteilern, in der Drogerie oder Apotheke und in Reformhäusern erhältlich. Die nähere Bezeichnung eines Produktes gibt Hinweise darauf, welche Funktionen es erfüllt.

Säuglingsanfangsnahrung oder Anfangsmilch

Als Säuglingsanfangsnahrung wird Milch bezeichnet, welche das Kind ab Geburt zu sich nehmen kann. Die Mehrheit der industriell produzierten Säuglingsanfangsnahrungen wird auf der Basis von Kuhmilch hergestellt. Diese wird so verarbeitet, dass sie für Neugeborene und Säuglinge verträglich ist. Solche Säuglingsanfangsnahrung ist die einzige Nahrung, die Ihr Baby während der ersten sechs Monate statt oder nebst Muttermilch benötigt. Sie sollten Ihrem Baby nichts anderes geben, es sei denn auf Empfehlung Ihrer Hebamme, der Mütter- und Väterberaterin oder des Haus-/Kinderarztes.

Frühestens ab Beginn des fünften, spätestens mit Beginn des siebten Lebensmonats können Sie allmählich Beikost einführen und gleichzeitig mit der Säuglingsanfangsnahrung fortfahren. Sobald Ihr Kind ein Jahr alt ist, verträgt es normale, pasteurisierte Kuh-vollmilch.

Verschiedene Firmen stellen Säuglingsanfangsnahrung her. In der Regel ist sie auf der Verpackung als «Anfangsmilch» oder «Startmilch» gekennzeichnet.

Qualitativ sind alle Marken vergleichbar. Falls Sie den Eindruck haben, Ihr Kind vertrage ein bestimmtes Produkt nicht, probieren Sie eine andere Marke aus und fragen Sie Ihre Hebamme, die Mütter- und Väterberaterin oder den Kinderarzt/ die Kinderärztin.

Folgemilch

Babymilch für ältere Säuglinge wird im Handel als Folgemilch bezeichnet. Die Herstellerfirmen empfehlen sie für Babys nach dem sechsten Altersmonat. In der Regel sind darin mehr Casein-Eiweisse enthalten als in Säuglingsanfangsnahrung. Folgemilch soll dadurch angeblich besser sättigen. Es gibt jedoch keinen Beweis dafür, dass Kinder, die Folgemilch erhalten, schneller einschlafen oder länger schlafen. Ohne Empfehlung einer Fachperson ist es nicht nötig, auf eine solche Milch umzustellen. Babys können Anfangsmilch trinken, bis sie ein Jahr alt sind.

Achtung Verwechslungsgefahr!

Die Verpackungen von Folgemilch kommen optisch sehr ähnlich daher wie die von Anfangsmilch. Kinder unter sechs Monaten sollten jedoch keine Folgemilch trinken. Die Angaben auf den Packungen sind in der Regel aber eindeutig und geben das erforderliche Mindestalter des Kindes an.

Hypoallergene Milch

Hypoallergene Milch ist für Kinder entwickelt worden, die infolge familiärer Vorbelastung ein höheres Allergierisiko in sich tragen. Im Handel tragen hypoallergene Babymilchprodukte die Bezeichnung «HA» oder «hypoallergen». In dieser Nahrung, die es als Anfangs- und Folgemilch gibt, sind die Kuhmilch-Eiweisse so verändert worden, dass sie weniger allergische Reaktionen auslösen können. Hypoallergene Milch eignet sich jedoch nicht für Kinder, bei denen bereits eine Kuhmilchallergie festgestellt wurde. Falls Sie vermuten, Ihr Kind sei allergisch auf Säuglingsnahrung aus Kuhmilch, besprechen Sie dies mit Ihrem Kinderarzt oder Ihrer Kinderärztin. Für Babys mit Kuhmilchallergie kann eine Spezialmilch verschrieben werden.

Weitere Milchprodukte

Bei allen anderen als den oben beschriebenen Milcharten ist Vorsicht geboten.

Insbesondere sollten Sie Ihrem Kind keine Produkte auf Sojabasis geben, es sei denn, Ihr Kinderarzt oder Ihre Kinderärztin oder eine Ernährungsberaterin rät ausdrücklich dazu. Folgende Milcharten sollten Kinder unter einem Jahr nicht trinken:

- Schafmilch
- Kuhmilch
- handelsübliche Sojamilch – ausser der Arzt verordnet eine Säuglingsanfangsnahrung auf Sojabasis
- Reis-, Gersten- oder Mandelmilch
- gewöhnliches Vollmilchpulver
- Kondensmilch

Anfangsmilch im ersten Lebensjahr

Säuglingsanfangsnahrung ist das Einzige, was Ihr Kind braucht, bis es sechs Monate alt ist; es sei denn, eine Fachperson empfiehlt Ihnen etwas anderes. Ab Beginn des fünften Lebensmonats kann mit der Gabe von Beikost begonnen werden. Spätestens mit Beginn des siebten Monats sollten Sie Beikost einführen. Auch nach der Einführung von Beikost kann weiterhin Anfangsmilch gegeben werden, bis das Kind ein Jahr alt ist.

2. Der Umgang mit Sauger und Flasche

Wie bei der Milch gibt es auch bei den Babyflaschen und bei den Saugern ein grosses Angebot verschiedener Hersteller. Bei der Zubereitung der Babymilch zählen vor allem eine gute Hygiene und korrekte Mengen.

Wahl von Sauger und Flasche

Flaschensauger bestehen entweder aus Kautschuk, Latex oder aus Silikon. Die Form der Sauger ist unterschiedlich. Es gibt keine Hinweise darauf, dass ein bestimmter Typ geeigneter ist als der andere. Probieren Sie verschiedene Sauger aus, um herauszufinden, welcher am besten zu Ihrem Baby passt. Babyflaschen gibt es aus Glas oder aus Plastik. Das Material aller Plastikflaschen ist für Lebensmittel zugelassen. Am besten wählen Sie eine Flasche, die sich möglichst einfach reinigen lässt.

Vorbereiten von Sauger und Flasche

Reinigen Sie die leere Flasche nach der Mahlzeit sofort mit Leitungswasser und etwas Geschirrspülmittel. Nehmen Sie eine Flaschenbürste, die Sie nur für die Babyflaschen verwenden. Auch der Sauger soll gründlich gespült und einmal täglich ausgekocht werden. Sie können Flaschen und Sauger auch in der Geschirrspülmaschine reinigen. Zum Trocknen stellen Sie die Flaschen mit der Öffnung nach unten auf ein sauberes Tuch. Anschliessend bedecken Sie Flaschen und Sauger bis zur nächsten Verwendung am besten mit einem frisch gewaschenen Küchentuch. Ein Auskochen der Flasche ist sinnvoll, wenn Sie darin trockenes Milchpulver für die spätere Zubereitung mitnehmen wollen. Bei Flaschenwärmern mit Wasserbad-Technik sollten Sie das Gerät alle zwölf Stunden reinigen und das Wasser wechseln.

Zubereiten der Milch

Auf jeder Babymilch-Packung steht, wie die Milchmahlzeit zubereitet wird. Halten Sie die angegebenen Mengenverhältnisse von Milchpulver und Wasser genau ein und verwenden Sie den beigelegten Messlöffel. Bei zu viel Pulver ist der Nährstoffgehalt der Milch zu hoch. Dies kann den Wasserhaushalt und die Nieren des Babys belasten und zu Überernährung führen. Bei zu wenig Pulver oder zu viel Wasser kann dagegen Unterernährung entstehen.

- Nehmen Sie für die Zubereitung nur frisches, kaltes Leitungswasser. Lassen Sie das Wasser zuerst einige Sekunden laufen, bis es deutlich kühler aus dem Hahn kommt.

Achtung: Weder Warmwasser aus der Leitung noch haushaltsübliche Wasserfilter verwenden. Beides kann die Keimzahl und die Konzentration von Fremdstoffen im Schoppen erhöhen.

- Erhitzen Sie das Wasser in der Pfanne oder im Wasserkocher und lassen Sie es etwa eine Minute lang kochen.

Bakterien und Mineralsalze vermeiden

Dadurch, dass das Wasser beim Einrühren des Milchpulvers mindestens 70 Grad heiss ist, werden allfällige Bakterien abgetötet.

Die Verwendung von Mineralwasser aus der Flasche wird nicht empfohlen, da es zu viele Mineralsalze enthalten kann. Falls trotzdem Flaschenwasser verwendet wird, muss auch dieses vor dem Mischen mit der Pulvermilch auf mindestens 70 Grad erhitzt werden.

- Lassen Sie das Wasser entsprechend der Empfehlung der WHO auf ca. 70 Grad abkühlen.

- Geben Sie das Wasser in die Flasche und mengen Sie das Milchpulver im angegebenen Mischverhältnis dazu.

Achtung: Verwenden Sie nur den Messlöffel, der der jeweiligen Packung beiliegt, und häufen Sie ihn nicht. Am besten streifen Sie überschüssiges Pulver mit einem Messerrücken weg.

- Schrauben Sie den Sauger auf die Flasche und setzen Sie den Deckel auf. Kippen Sie die Flasche ein paar Mal hin und her und lassen Sie sie dann kurz stehen, damit sich das Pulver auflösen kann.

- Lassen Sie die Babymilch weiter abkühlen und prüfen Sie die Wärme des Fläschchens, indem Sie es an Ihre Wange halten oder an die Innenseite Ihres Unterarms. Die Trinktemperatur entspricht der Körpertemperatur, das heisst 37 Grad.

- Die Säuglingsmilch ist nun bereit.

Hygiene: oberstes Gebot

Der hohe Hygienestandard von Säuglingsnahrung bleibt nur dann erhalten, wenn Sie die Babymilch unmittelbar vor der Mahlzeit fertig zubereiten, möglichst mit frisch gewaschenen Händen. Reste dürfen nicht wiederverwendet, sondern sollten weggeschüttet werden. Wenn Ihr Kind langsam trinkt, können Sie die Flasche zwischendurch nochmals aufwärmen. Eine frisch zubereitete Milchmahlzeit darf jedoch maximal zwei Stunden bei Raumtemperatur aufbewahrt werden. Trinken Sie nie selber von der Flasche, etwa um die Temperatur zu überprüfen. Sie können dadurch Kariesbakterien auf Ihr Kind übertragen, auch wenn es noch keine Zähne hat. Bewahren Sie die angebrochene Pulverpackung gut verschlossen und trocken auf.

Aufbewahren und Aufwärmen

Bakterien vermehren sich bei Raumtemperatur sehr rasch. Das Infektions- und Krankheitsrisiko ist am tiefsten, wenn die Babyflasche frisch zubereitet wird. Falls Sie dennoch einmal eine Milchmahlzeit für einen späteren Zeitpunkt vorbereiten müssen, zum Beispiel für die Kinderkrippe oder die Tagesmutter, gehen Sie wie folgt vor:

- Kochen Sie die einzelnen Bestandteile der Milchflasche ca. zehn Minuten lang aus.
- Kochen Sie das Wasser für die Zubereitung auf und lassen Sie es in der Pfanne oder im Wasserkocher auf ca. 70 Grad abkühlen.
- Geben Sie das Wasser in die ausgekochte Flasche, schütten Sie die richtige Menge Milchpulver dazu, verschliessen Sie die Flasche mit Sauger, Ring und Deckel und schütteln Sie die Mischung durch.

Haltbarkeit von zubereiteter Babymilch

Bei Raumtemperatur: 2 Stunden

In der Kühltasche mit einem Kühlelement: 4 Stunden

Im Kühlschrank (nicht in der Kühlschranktür): 24 Stunden

Mikrowelle ungeeignet!

Verwenden Sie niemals einen Mikrowellenofen, um gekühlte Flaschennahrung aufzuwärmen. Es besteht die Gefahr, dass die Flüssigkeit überhitzt wird. Im Mikrowellengerät können in der Milch übermässig heisse Bereiche, sogenannte Hotspots, entstehen. Das Baby könnte sich als Folge davon an der Flasche den Mund verbrühen.

- Kühlen Sie die Flasche mit der Säuglingsmilch rasch im kalten Wasserbad. Sie kann danach für maximal 24 Stunden im Kühlschrank aufbewahrt werden.

- Falls Sie eine fertige Flaschenmahlzeit transportieren müssen, dann sollten Sie diese zu Hause zubereiten und für mindestens eine Stunde im Kühlschrank kühlen. Für den Transport verwenden Sie am besten eine Kühltasche mit Kühlelement. Die Babymilch sollte dann innert vier Stunden konsumiert werden.

- Bei Raumtemperatur darf die fertige Flaschenmahlzeit maximal zwei Stunden aufbewahrt werden.

- Sobald Sie Ihrem Baby die Flasche geben möchten, stellen Sie sie in einen Behälter mit warmem Wasser. Prüfen Sie die Temperatur immer an der Innenseite Ihres Handgelenks. So können Sie sicherstellen, dass die Milch nicht zu heiss ist, bevor Sie sie dem Baby geben.

Mit der Babyflasche unterwegs

Auch wenn Sie mit Ihrem Kind unterwegs sind, ist eine sichere, frische und schnelle Zubereitung von Säuglingsmilch möglich:

- Kochen Sie die Flaschenbestandteile und den Sauger zu Hause aus und lassen Sie alles gut trocknen.

- Geben Sie die richtige Menge Milchpulver in die trockene Flasche und schrauben Sie die Flasche mit Schutzdeckel und Kappe zusammen.

- Sie können die abgemessene Pulvermilch auch in einem separaten, sauberen und trockenen Behälter mitnehmen.

- Nehmen Sie frisch gekochtes Wasser in einer Thermosflasche mit.

- Bereiten Sie die Säuglingsmilch erst zu, wenn Ihr Baby sie braucht.

3. Mahlzeiten gemeinsam genießen

Die Milchmahlzeiten sind wichtige Momente für Eltern und Kind. Egal, ob der Vater oder die Mutter die Flasche gibt: Das Kind genießt die Milch und die Nähe zu den Eltern.

Am besten sorgen Sie für eine liebevolle und ruhige Atmosphäre und halten Ihr Baby möglichst nah am Körper. Wenn es die Umstände erlauben, lassen Sie das Kind die Haut an Ihrem Oberkörper spüren. Halten Sie während der Mahlzeit Augenkontakt.

- Versuchen Sie, Ihr Baby möglichst aufrecht zu halten, und stützen Sie seinen Kopf in einer bequemen, neutralen Haltung.

- Betupfen Sie mit dem Sauger die Lippen des Kindes. Sobald es den Mund weit aufmacht, helfen Sie ihm, den Sauger einzusaugen.

- Halten Sie die Flasche nahezu waagrecht und neigen Sie sie nur gerade so viel, dass sich der Sauger mit Milch füllt. Babys trinken phasenweise mit kurzen Pausen. Indem Sie die Flasche nicht zu steil halten, läuft die Milch nicht aus, wenn das Baby eine Pause macht.

- Während Ihr Baby trinkt, werden in der Flasche Bläschen sichtbar. Sollte dies nicht der Fall sein, unterbrechen Sie das Vakuum von Zeit zu Zeit, indem Sie den Sauger leicht zum Mundwinkel hin bewegen. Nun sollte erneut ein Strauss von Bläschen nach oben strömen.

■ Ihr Baby benötigt während des Trinkens kurze Pausen. Vielleicht muss es auch einmal aufstossen. Falls Ihr Baby während der Mahlzeit Anzeichen von Unbehagen zeigt, helfen Sie ihm sanft, den Sauger loszulassen. Halten Sie das Kind aufrecht oder auch über die Schulter. Beobachten Sie, ob es aufstossen kann. Fahren Sie mit der Mahlzeit fort, sobald es dem Baby wieder wohler ist.

■ Nehmen Sie das Baby nach der Hälfte der Mahlzeit auf den anderen Arm. Diese Seitenwechsel sind gut für die psychomotorische Entwicklung des Kindes.

■ Unterbrechen Sie die Mahlzeit ab und zu. So geben Sie Ihrem Baby die Möglichkeit, wahrzunehmen, wie satt es schon ist. Es kann dadurch seine Nahrungsaufnahme regulieren.

■ Ihr Baby sollte während der Mahlzeit immer im Arm gehalten und nie allein gelassen werden.

Natürlich dürfen auch andere Menschen als Mutter oder Vater dem Baby die Flasche geben. Versuchen Sie aber, die Anzahl dieser Personen in einem überschaubaren Rahmen zu halten, damit Ihr Baby zu seinen Betreuungspersonen eine tragfähige Beziehung aufbauen kann.

Wie oft, wie viel?

Geben Sie dem Baby die Flasche, sooft es danach verlangt. Wenn Ihr Kind immer wieder beachtliche Mengen ausspeit, könnte dies bedeuten, dass es kleinere Mengen aufs Mal benötigt, dafür vielleicht etwas häufiger.

Neugeborene trinken am Anfang oft nur kleine Mengen. Ab der zweiten Lebenswoche verlangen sie in der Regel ungefähr 150 bis 200 Milliliter pro Kilogramm Körpergewicht und pro Tag. Dies gilt bis und mit dem sechsten Altersmonat des Babys. Natürlich gibt es individuelle Unterschiede.

Übersättigung vermeiden

Grössere Mengen aufs Mal bedeuten nicht unbedingt längere Pausen zwischen den Mahlzeiten. Vielmehr kann ein zu hoher Milchkonsum zu Übelkeit oder Übergewicht führen. Man sollte ein Kind daher nicht dazu drängen, die ganze Flasche leer zu trinken, wenn es dies nicht will.

Ist das Baby hungrig?

Jeder Säugling signalisiert, wenn er Hunger hat. Auch Sie werden bald die typischen Hungerzeichen Ihres Babys beobachten. Das Schoppengeben geht am einfachsten, wenn Sie darauf reagieren, bevor das Kind zu schreien beginnt.

- Wenn das Baby aufwacht, fängt es an, sich zu bewegen. Dies ist der Moment, um mit der Milchzubereitung zu beginnen.
- Später wird das Baby seinen Kopf hin und her drehen; vielleicht saugt es auch an seinen Fingern.

Babys schreien aus ganz unterschiedlichen Gründen. Falls Ihr Baby soeben eine Flasche erhalten hat, ist Hunger als Ursache unwahrscheinlich.

Bekommt das Baby genug?

Die Gewichtszunahme und die Anzahl von nassen Windeln oder solchen mit Stuhlgang geben gute Hinweise darauf, ob ein Baby ausreichend Nahrung erhält:

- Einige Tage nach der Geburt sollte Ihr Kind ca. sechsmal pro Tag nasse Windeln haben. Die Windeln sollten getränkt sein mit klarem oder hellgelbem Urin.

- In den ersten Tagen nach der Geburt scheidet das Baby dunklen, klebrigen Stuhl aus, den man Mekonium nennt. Nach der ersten Lebenswoche sollte Ihr Baby hellgelben oder gelbbraunen Stuhl in den Windeln haben.

- Die Darmtätigkeit ist bei jedem Kind anders. Im Allgemeinen haben Babys, welche mit der Flasche ernährt werden, etwas weniger häufig Stuhlgang als gestillte Kinder. Ihr Stuhl hat eine festere Konsistenz. Fragen Sie die Hebamme oder die Mütter- und Väterberatung, falls die Anzahl der Stuhlgänge stark schwankt oder wenn Ihr Kind Unbehagen zeigt oder beim Stuhlgang stark drücken muss.

- Ihr Baby wird bei der Geburt, während des Wochenbettes und später bei der Hebamme, der Mütter- und Väterberatung, der Stillberaterin sowie beim Kinderarzt oder bei der Kinderärztin regelmässig gewogen. Die Resultate werden in die Wachstumskurve im Gesundheitsheft übertragen und mit Ihnen besprochen.

Falls Sie Fragen zum Gewicht Ihres Kindes haben oder sich Sorgen machen, besprechen Sie dies mit einer Fachperson.

Was tun bei Verstopfung?

Dieses Problem kann meist gelöst werden, indem die Mengenangaben bei der Milchzubereitung noch präziser beachtet werden. Vielleicht müssen Sie auch die Marke wechseln. Fragen Sie die Mütter- und Väterberatung um Rat.

Alt genug für Brei & Co.?

Nach den ersten Lebensmonaten lauschen, gucken und plappern Babys schon sehr aktiv und wickeln mit ihrem Charme alle um den Finger. Mit dem Wachstum und der Entwicklung verändern sich auch der Ernährungsrhythmus und die Schlafgewohnheiten. Dies bedeutet aber nicht, dass das Kind nun andere Milch oder feste Nahrung braucht. Frühestens ab Beginn des fünften Lebensmonats bzw. spätestens mit Beginn des siebten Lebensmonats können Sie anfangen, Beikost wie Gemüse-, Obst- und Getreidebrei einzuführen. Für die Zubereitung dürfen kleine Mengen von pasteurisierter Kuhmilch oder ungesüsster Joghurt verwendet werden. Zum Trinken geben Sie dem Baby jedoch weiterhin die bereits gewohnte Anfangsmilch. Kuhmilch als Getränk sollten Sie dem Kind erst ab dem zweiten Lebensjahr anbieten.

Quellen

Monatsschrift Kinderheilkunde; Zeitschrift für Kinder- und Jugendmedizin; Organ der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin; Organ der Österreichischen Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde; www.MonatsschriftKinderheilkunde.de

B. Koletzko, C.-P. Bauer, A. Brönstrup et al.
Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter
Aktualisierte Handlungsempfehlungen des Netzwerks Gesund ins Leben,
Netzwerk Junge Familie, ein Projekt von IN FORM

Empfehlungen zur hygienischen Zubereitung von pulverförmiger Säuglingsnahrung
Stellungnahme Nr. 040/2012 des Bundesinstitutes für Risikobewertung Deutschland (BfR)
vom 6. November 2012
www.bfr.bund.de

Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie (swiss-paediatrics.org):
Wasserrzubereitung und Mineralwasser aus der Flasche zur Herstellung von
Säuglingsschoppen
Johannes Spalinger, Luzern

Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie (swiss-paediatrics.org):
Einführung der Lebensmittel beim Säugling

A guide to infant formula for parents who are bottle feeding
UNICEF UK Baby Friendly Initiative, www.unicef.org.uk

The health professional's guide to «A guide to infant formula for parents who are
bottle feeding»
UNICEF UK Baby Friendly Initiative, www.unicef.org.uk

Guide to bottle feeding
UNICEF UK Baby Friendly Initiative, www.unicef.org.uk;
National Health Service/start4life www.nhs.uk/start4life

Schweizerisches Komitee für UNICEF
Pfungstweidstrasse 10, CH-8005 Zürich
Telefon +41 (0)44 317 22 66
Fax +41 (0)44 317 22 77
www.unicef.ch
Postkonto Spenden: 80-7211-9



unicef 
Schweiz Suisse Svizzera