

DAMPFGAREN UND FAMILIENKOST

Muttermilch – das Beste für Ihr Kind!

Heutzutage ist uns allen bewusst, wie wunderbar Muttermilch für Babys ist. Dennoch heben wir hier die wichtigsten Unterschiede zur Flaschennahrung hervor.

- Muttermilch enthält Abwehrstoffe: solche, die generell enthalten sind, und auch solche, die die Mutter bei „Schnupfen im Umfeld“ maßgeschneidert produziert. Daher haben gestillte Kinder z.B. deutlich weniger Mittelohrentzündungen und Krankenhausaufenthalte als flaschengefütterte.
- Neben der besonderen Fettzusammensetzung der Muttermilch werden auch Vorstufen der Verdauungsenzyme mitgeliefert – ein Kombipack bester Qualität.
- Das Baby kann den Geruch der Mutter und ihren Herzschlag während jeder Mahlzeit wahrnehmen. So werden mehrere Bedürfnisse „gestillt“.

Manchmal kann es aber vorkommen, dass die Mutter Muttermilch abpumpen und aus Becher oder Flasche geben muss. Über das Aufbewahren von abgepumpter Muttermilch finden Sie ein Gratis-Merkblatt auf unserer Webseite www.hanreich-verlag.at. Außerdem gibt es Frauen, die nicht stillen können oder wollen. Bei der

Auswahl der Flaschennahrung hilft Ihnen unser Kapitel über Flaschennahrung in unserem Ratgeber „Essen und Trinken im Säuglingsalter“.

Babyfläschchen im Dampfgarer sterilisieren

Ebenso wie Einmachgläser vor dem Einkochen kann man auch Babyfläschchen im Dampfgarer sterilisieren. Egal, ob Muttermilch oder Säuglingsmilchnahrung in der Flasche war, beide bieten infolge ihrer Zusammensetzung einen guten Nährboden für unerwünschte Bakterien.

Durch Erhitzen der gereinigten Flaschen und Sauger auf 100 °C über 10 bis 15 Minuten erreicht man dieselbe Keimfreiheit wie beim Auskochen.

Nach etwa einem halben Lebensjahr reicht es, die Flaschen im Geschirrspüler zu reinigen. Denn dann stecken die krabbelnden Kinder schon alles in den Mund und sind abgehärteter. Der Sauger soll jedoch weiterhin erhitzt werden. Denn in den Ritzen, die durch die Beanspruchung entstehen, verstecken sich krankmachende Bakterien.

Beikost ab einem halben Jahr

Mit etwa einem halben Jahr zeigt Ihr Kind typische Beikostreifezeichen. Es wird Zeit, mit der Beikost zu beginnen.

