

ABLAUF WB
„FACHKRAFT FÜR
STILLEN UND
ERNÄHRUNG IM
ERSTEN LEBENSJAHR



SEMINARTAG 1

Vorstellung und Organisatorische Punkte

Bedeutung des Stillens / Zahlen und Fakten rund ums Stillen

Anatomie und Entwicklung der Brust

Vorteile des Stillens für Mutter & Kind

Physiologie des Stillens / Oxytocin & Prolaktin / Phasen der Laktation

Bonding / Stillbeginn / Frühes Wochenbett

Pathologien in Stillzeit / Milchstau und Co.

MM-Gewinnung per Hand bzw. Pumpe / alternative Fütterungsmethoden

Gewichtsentwicklung des NG

SELBSTSTUDIUM AM SKRIPT

Zusammensetzung der Muttermilch und die wichtigsten Bestandteile

Welche Erkrankungen schließen temporär und gänzlich Stillen aus

Auswirkungen von Schwangerschaft & Geburt auf das Stillen

Psychische Erkrankungen und Belastungen in SSW & Stillzeit

AWFM Leitlinie zur vaginalen Geburt

Stillen von Mehrlingen

Basiswissen „Frühkindliches Schlafverhalten“

SEMINARTAG 2

Fragen und Zusammenfassung Tag 1

Regulation der Milchmenge

Ernährung der stillenden Mutter / Inkl. Nikotin + Arzneimittel

Die Bedeutung des Wochenbetts auf psychischer Ebene

Wie gelingt eine umfassende Stillvorbereitung

Individuelle Beikostempfehlung / Reifezeichen / Handlungsempfehlungen

Vegetarische und vegane Beikostformen

Das Ende der Stillbeziehung gut begleiten



SELBSTSTUDIUM ZUR VERTIEFUNG

Stillen kompakt

Publikation „Beikost“

Recherche zum Thema Baby led Weaning

Film: Breast is best

WICHTIGE LINKS

<https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/015-083>

<https://www.still-lexikon.de/>

<https://www.ibfan.org/>

<https://www.gesund-ins-leben.de/>

<https://www.bfmed.org/>

<https://www.obsgyn-wiki.ch/geburtszentrum/fachliche-weisungen/stillen>

<https://www.stillen-institut.com/de/fachwissen.html>