

## Liebe Eltern,

unser geburtshilfliches Team sorgt im Kreißsaal und auf den Wochenstationen für einen babyfreundlichen Start ins Leben ihres Neugeborenen.

Insbesondere die Bindungs- und Entwicklungsförderung von Mutter und Kind liegt uns am Herzen. Für die umfassende Unterstützung der individuellen Bindung und Entwicklung von Mutter und Kind orientieren wir uns an den B.E.St.®-Kriterien. Diese beinhalten die „Zehn Schritte zum erfolgreichen Stillen“, welche wir Ihnen in diesem Flyer genauer erklären.

**Bei Fragen wenden Sie sich bitte an uns, wir helfen Ihnen gerne weiter!**



Universitäts-  
klinikum Ulm  
Klinik für Frauen-  
heilkunde und  
Geburtshilfe



Unser Still-ABC:  
Wissenswertes  
Von A bis Z

Die WHO/UNICEF empfiehlt eine ausschließliche Stilldauer von sechs Monaten.

Zusätzlich zur Beikosteneinführung ab dem siebten Monat, können Sie ihr Kind parallel bis zu zwei Jahren oder darüber hinaus weiter stillen.

Weitere hilfreiche und interessante Informationen rund ums Stillen finden Sie auch im Stillratgeber der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe – sprechen Sie uns gerne darauf an!



**Klinik für Frauenheilkunde und  
Geburtshilfe**  
**Sektion Geburtshilfe**  
Prittwitzstraße 43  
89075 Ulm  
sekretariat.krs@uniklinik-ulm.de

ÖPNV Linie 7  
Kliniken Michelsberg

Klinik für Frauenheilkunde  
und Geburtshilfe



## Zehn Schritte zum erfolgreichen Stillen

Stillen stärken, informieren  
und begleiten

## 1. Schritt

Die Universitätsfrauenklinik Ulm erarbeitet kontinuierlich Richtlinien zum Umsetzen der B.E.St.®-Kriterien auf Grundlage der Zehn Schritte zum erfolgreichen Stillen, die dem aktuellsten Forschungsstand entsprechen.

## 2. Schritt

Alle unsere Mitarbeitenden werden regelmäßig geschult, damit wir Ihnen als Team kompetent zur Seite stehen können.

## 3. Schritt

Wir beraten werdende Mütter / Eltern bereits in der Schwangerschaft umfassend zum Bindungsaufbau und informieren über das Stillen durch verschiedenste Angebote der Uniklinik Ulm. Dazu gehören beispielsweise Stillvorbereitungskurse, das Still-ABC auf unserer Homepage und das Stillregal auf den Wochenstationen.

# 10 Schritte zum erfolgreichen Stillen



## 4. Schritt

Wir legen großen Wert auf das Bonding und die Zeit für ausgiebigen und ungestörten Hautkontakt. Unmittelbar nach der Geburt haben Sie für mindestens eine Stunde Haut-zu-Haut-Kontakt und können so als Familie in Ruhe ankommen.

## 5. Schritt

In unserem Kreißsaal und auf den Wochenstationen geben wir Ihnen Tipps zum entspannten Stillen und zur reichlichen Milchbildung.

## 6. Schritt

Wir füttern die Neugeborenen nur bei medizinischer Notwendigkeit mit industrieller Säuglingsnahrung und vermeiden dabei künstliche Sauger.

## 7. Schritt

Das 24-Stunden-Rooming-in mit gesunden Neugeborenen praktizieren wir schon jahrelang. Sie sind mit Ihrem gesunden Neugeborenen Tag und Nacht zusammen und können sich ungestört beispielsweise im Haut-zu-Haut-Kontakt kennenlernen.

## 8. Schritt

Wir unterstützen Sie rund um die Uhr dabei, die Bedürfnisse Ihres Neugeborenen zu erkennen.

## 9. Schritt

Falls Sie nicht stillen, beraten wir Sie individuell zu alternativen Fütterungsmethoden und zum optimalen Bindungsaufbau.

## 10. Schritt

Wir stellen Ihnen Informationsmaterialien zu klinikinternen und weiteren Beratungsangeboten in der Region zur Verfügung.



### B.E.St.® – BINDUNG. ENTWICKLUNG. STILLEN

Die B.E.St.®-Kriterien ermöglichen in ihrer Gesamtheit eine effektive Bindungs-, Entwicklungs- und Stillförderung. Sie basieren auf aktuellem wissenschaftlichen Kenntnisstand und auf den internationalen Vereinbarungen der WHO und von UNICEF. Die B.E.St.®-Kriterien sind die inhaltliche Grundlage der Zertifizierung einer Einrichtung der Geburtshilfe und Kinderheilkunde als BABYFREUNDLICH.