

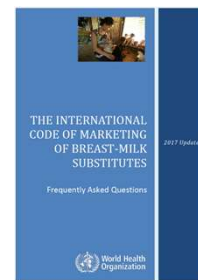
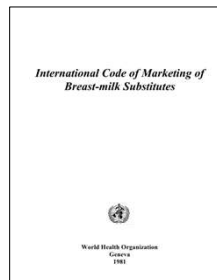
Achtsames Nhren mit der Flasche und Paced-Bottle-Feeding

Daniela Scholer
DKKP, EFNB®
IBCLC in freier Praxis
Mitarbeiterin Europäisches
Institut Stillen und Laktation



1

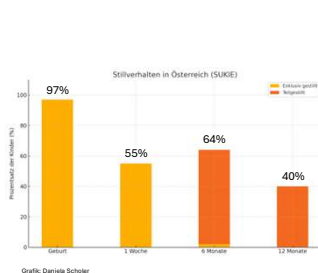
WHO KODEX



Daniela Scholer | DKKP | EFNB® | IBCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EIBL

2

Stillraten in Österreich – SUKIE-Studie 2021

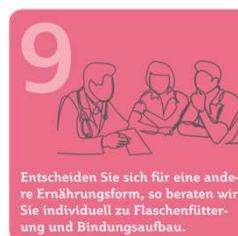


Bürger, B., Schindler, K., Trippert, T., Stger, H. P., Wagner, K. H., Weber, A., & Wolf-Spitz, A. (2021). Breastfeeding Prevalence in Austria according to the WHO IYCF Indicators-The SUKIE-Study. *Nutrients*, 13(6), 2096.

Daniela Scholer | DKKP | EFNB® | IBCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EIBL

3

Baby Friendly Hospital – 10 Schritte



Beratung der Mütter zum Gebrauch und zu den Risiken von Flaschen, Saugern und Schnullern.

4

Welche Informationen brauchen Eltern, die mit der Flasche ernähren?



Foto: Freepik

Daniela Scheller | DKSP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBS

5

Babys kommen mit **grundlegenden Bedürfnissen** auf die Welt – unabhängig davon, wie sie ernährt werden.

Nahrungsaufnahme bedeutet für sie nicht nur Versorgung mit Kalorien, sondern auch **Nähe, Trost und Beziehung**.

Auch Flaschenernährung kann ein **bindungsstärkender, achtsamer** Moment sein – wenn feinfühlig auf die Signale des Babys eingegangen wird.

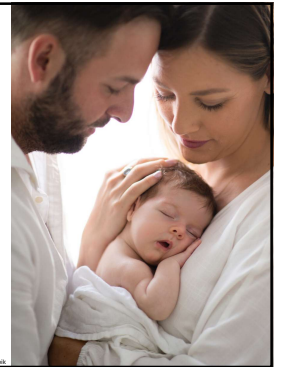


Foto: Freepik

6

Feinfühliges Verhalten

Signale des Babys erkennen

Wichtig ist, die Signale

- wahrzunehmen
- richtig zu interpretieren
- angemessen und
- prompt auf diese zu reagieren.

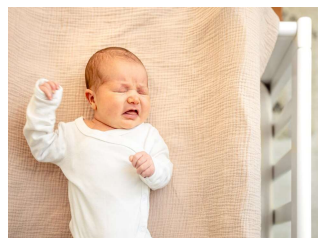


Foto: Freepik

Daniela Scheller | DKSP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBS

7

Feinzeichen

Frühe Hungerzeichen

- Baby wird unruhig
- Baby öffnet den Mund
- Baby dreht den Kopf
- Baby sucht die Brust



Foto: Freepik

Daniela Scheller | DKSP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBS

8

Feinzeichen

Mittlere Hungerzeichen

- Baby streckt sich
- Baby bewegt sich mehr
- Baby führt die Hand zum Mund



Foto: Freepik

Daniela Scheller | DKKP | EFNB | BCLC in Inter Praxis | Mitarbeiterin EBL

9

Feinzeichen

Späte Hungerzeichen

- Baby weint
- Baby zeigt starke körperliche Unruhe
- Baby läuft rot an

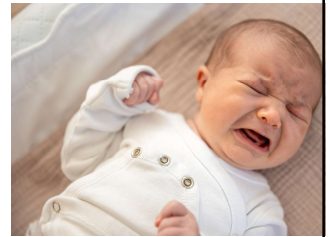


Foto: Freepik

Daniela Scheller | DKKP | EFNB | BCLC in Inter Praxis | Mitarbeiterin EBL

10

Sättigungszeichen des Kindes

- Hört auf zum Saugen
 - Gibt den Sauger frei
 - Ist entspannt und zufrieden
 - Trinkt immer langsamer
-
- Verschließt den Mund
 - Zeigt Abwehr, z.B. Wegdrehen des Kopfes
 - Schläft an der Flasche weg



Foto: Freepik

Daniela Scheller | DKKP | EFNB | BCLC in Inter Praxis | Mitarbeiterin EBL

11

Saugen an der Flasche

- Mundöffnung
- Lippenabschluss
- Flexibilität des Saugteils (Silikon lässt sich nicht verlängern)
- Zungenaktivität (Entleerung erfolgt über Vakuum, hauptsächlich Schluckbewegung)
- Muskelaktivität im Kiefer
- Kontrolle über den Milchfluss (schnell, passiv, gleichmäßig)

12

Saugen an der Flasche

- Verändertes Saug-Schluck-Muster; Zunge liegt hinter der Zahnleiste
- Risikofaktor der Flasche: verminderte Milchaufnahme und weniger Saugzyklen an der Brust

Künstliche Sauger meiden bis sich die Stillbeziehung etabliert hat (ca. 4-6 Wochen)
Bei Einsatz der Flasche: **BRUST-Flasche-BRUST**

Sabado, V. S., Kent, J. C., Garbin, C. P., Heworth, A. R., Hartmann, P. E., & Dobble, D. T. (2013). Longitudinal changes in suck-swallow-breath, oxygen saturation, and heart rate patterns in term breastfeeding infants. *Journal of human lactation : official journal of International Lactation Consultant Association*, 29(3), 236-245.

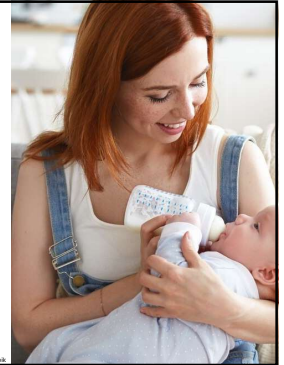
13

Ernährung mit der Flasche

Achtsames beziehungsorientiertes Flaschenfüttern nach Bedarf (Paced Bottle Feeding)

Responsive Feeding

- Füttern, nach Bedarf des Kindes (also in unregelmäßigen Abständen und mit unterschiedlichen Mengen, ähnlich wie bei Stillmahlzeiten)
- Während der einzelnen Flaschenmahlzeit die Zeichen des Kindes respektieren und dem Kind mit kleinen Pausen sowie viel Zuwendung begegnen



14

Ernährung mit der Flasche

Körperkontakt und Bindung fördern:

- die Flasche stets in engem Körperkontakt zu geben, wenn möglich auch immer wieder im direkten Hautkontakt (mit nacktem Oberkörper, das Kind nur in der Windel)
- dabei häufig Blickkontakt mit dem Baby herzustellen
- auf die kleinen Zeichen zu achten, die anzeigen, dass das Baby eine Pause braucht



15

Ernährung mit der Flasche

Körperkontakt und Bindung fördern:

- das Baby zum Füttern in einer aufrechten Position halten
- nach ca. der Hälfte der Mahlzeit das Baby von einem Arm auf die andere Seite zu wechseln
- die Mutter oder Partner/Partnerin ernährt das Baby mit der Flasche (keine wechselnden Personen)
- Brust – Flasche – Brust



16

Ernährung mit der Flasche

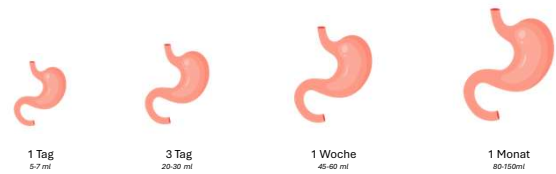
- Portionsgrößen zwischen ca. 60 und 120 ml sinnvoll.
- Bei Formulanahrung, sollten die Portionsgrößen, die auf der Packung für die ersten Wochen angegeben sind, über die gesamte Zeit beibehalten werden - häufige kleine Mahlzeiten sind sinnvoller als seltene große Mahlzeiten.
- Eine Flaschenmahlzeit dauert in den ersten Wochen durchaus 20 - 30 Minuten oder länger. Das Baby wird immer wieder kleine Pausen einlegen und dann weitertrinken. Dies ist physiologisch.



Foto: Freepix

Daniela Scholer | DKXP | EFNB | IBCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EISL

Magengröße und Trinkmenge



1. Tag keine Flasche –
Saugbedürfnis befriedigen
Kolostrum stillen möglich

Daniela Scholer | DKKP | EFNB | IBCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EIS

Ernährung mit der Flasche

Schwere, nicht-transparente Flaschen fördern das Achten auf die Zeichen des Kindes



Specifically, mothers who reported higher levels of pressuring feeding were significantly more responsive to their infants' cues ($p = .02$) and fed their infants significantly less formula when using opaque versus clear bottles ($p = .01$), whereas mothers who reported lower levels of pressuring feeding showed no differences in responsiveness or infant intake when using opaque versus clear bottles. This study highlights a simple, yet effective intervention for improving the

Importantly, nesters who reported higher levels of prenesting brooding were significantly more responsive to their infants' cries ($p < .001$) and fed them before significantly less time when crying began versus their Northern ($p < .001$), whereas Southern α is reported lower levels of prenesting brooding showed no differences by responsiveness to infant cries when crying began versus their Northern. This work highlights a possible yet effective technique for increasing the

Daniela Scholer | DiKP | EFNB | IBCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EHS

Ernährung mit der Flasche

Schwere, nicht-transparente Flaschen fördern das Achten auf die Zeichen des Kindes



can be used to help estimate improved house with the factor, to see
 variation of house, weighted factor the house being way for a property,
 results to improve the quality and appearance of house being constructed.

Daniela Scholer | DICO® | EFNB | IBCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EIS

Risiko für Stoffwechselerkrankungen

Eine sehr hohe Wachstumsrate in der frühen Kindheit, die durch **künstliche Säuglingsnahrung gefördert** werden kann, kann zu **Stoffwechselerkrankungen** wie **Fettleibigkeit, Typ-2-Diabetes** und **Herz-Kreislauf-Erkrankungen** im Erwachsenenalter führen

Brown, J. V. E., Walsh, V. & McGuire, W. (2019). Formula versus maternal breast milk for feeding preterm or low birth weight infants. The Cochrane Database of Systematic Reviews, 8, CD002972.

Daniela Scheller | DKFP | EFNB | BCCL in their Praxis | Mitarbeiter EBS

21

Künstliche Säuglingsnahrung erhöht das Risiko für Übergewicht und Diabetes

Anlage zum EISL-Newsletter September 2024

 **nutrients** 

Review

Risk of Fat Mass- and Obesity-Associated Gene-Dependent Obesogenic Programming by Formula Feeding Compared to Breastfeeding

Bodo C. Melnik ^{1,*}, Ralf Weiskirchen ^{2,3}, Wolfgang Strimmel ⁴, Sven Malte Jahn ^{1,5} and Gerd Schmitz ⁶

¹ Department of Dermatology, Environmental Medicine and Health Theory, University of Osnabrück, D-49074 Osnabrück, Germany;
² Institute of Molecular Pathobiology, Experimental Gene Therapy and Clinical Chemistry (EMPGAC), RWTH University Hospital Aachen, D-52074 Aachen, Germany; rweiskir@ukaachen.de
³ Clinic for Internal Medicine, Badhoevedijk 2, D-50509 Baden-Baden, Germany;
wstrimmel@t-online.de
⁴ Institute for Interdisciplinary Phenomenology of Prevention and Rehabilitation (IDPP), University of Osnabrück, D-49074 Osnabrück, Germany; sghilberich@uni-osnabrueck.de
⁵ Institute for Clinical Chemistry and Laboratory Medicine, University Hospital of Regensburg, D-93040 Regensburg, Germany; gerhard.schmitz@ukr.de
⁶ Correspondence: melnik@uni-osnabrueck.de; Tel.: +49-531-600-9000

Abstract: It is the purpose of this review to compare differences in postnatal epigenetic programming at the level of DNA- and RNA-methylation and gene expression risk between infant nutrition modalities.

Daniela Scheller | DKFP | EFNB | BCCL in their Praxis | Mitarbeiter EBS

22

Video



Quelle: Youtube, Carolyn Hones, BCCL

Daniela Scheller | DKFP | EFNB | BCCL in their Praxis | Mitarbeiter EBS

23

Video



Quelle: Instagram, lactation

Daniela Scheller | DKFP | EFNB | BCCL in their Praxis | Mitarbeiter EBS

24

Video



Quelle: Instagram, nurturercatationics

25

Auswahl der richtigen Flasche und Sauger

Die Exposition gegenüber Mikroplastik ist bei plastikflaschenernährten Säuglingen 6,8-mal höher als bei Säuglingen, die mit Säuglingsmilchpulver ohne Plastikflaschen ernährt werden. (Zhang et al., 2024)

Mikroplastik steigert Entzündungen in menschlichen Darmzellen. (Xu et al., 2023)



26

Auswahl der richtigen Flasche und des richtigen Saugers

- Sauger sollten gewählt werden, die der natürlichen Form möglichst nahekommen, also mit einer großen Auflagefläche und einem geraden Nippel.
- Glasflaschen sind gegenüber Plastikflaschen zu bevorzugen.



Daniela Scheller | DKFP | EFNB | BCLC in Inter Praxis | Mitarbeitende EBS

27

Eigenschaften des Flaschensaugers



Der Sauger soll eine breite Lippenauflage haben, und der „Nippel“ (Saugzapfen) muss rund und lang genug, oder dehnbar sein. Er soll keine Abschrägung haben.



Außerdem sollte er eine samtige Oberfläche und eine weiche Konsistenz haben, damit der Saugzapfen beim Saugen und Schlucken an den Gaumen gedrückt werden kann. Je leichter sich der Sauger an die Mundhöhle des Kindes anpassen kann, desto besser.



Zudem soll das Loch so klein sein, dass die Milch nicht von selbst tropft, wenn die Flasche mit Sauger nach unten gehalten wird.

<https://www.stillen-institut.com/media/informationen-zum-flaschensauger-20210405.pdf>

Daniela Scheller | DKFP | EFNB | BCLC in Inter Praxis | Mitarbeitende EBS

28

Eigenschaften des Flaschensaugers

Ungünstige Flaschensauger und die Begründungen dazu:



<https://www.stillen-institut.com/media/informationen-zum-flaschensauger-20210405.pdf>

Daniela Schuster | DKSP | EFNB | BCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EBS

29

Ernährung mit der Flasche

- Die gesamte Zeit über sollte durchgehend ein Neugeborenen-Sauger verwendet werden.
- Flaschensauger sollten aus möglichst weichem Material bestehen, symmetrisch/rund sein (keine Abschrägungen) und eine breite Lippenauflage bieten (Weithals-Sauger).
- Flaschen und Sauger müssen im häuslichen Bereich nicht ausgekocht oder sterilisiert/vaporisiert werden; die tägliche Reinigung in der Spülmaschine ist ausreichend.
- Es ist physiologisch, dass Säuglinge häufig und in kleinen Portionen trinken. Eine Frequenz von insgesamt ca. 8 - 12 Mahlzeiten täglich ist zu erwarten.

Daniela Schuster | DKSP | EFNB | BCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EBS

30

Formulanahrung



31

Muttermilch vs. Säuglingsanfangsmilch

Wie unterscheidet sich Muttermilch von Säuglingsanfangsmilch?



Foto: Freepik



Foto: Freepik

Daniela Schuster | DKSP | EFNB | BCLC in freier Praxis | Mitarbeiterin EBS

32

[illegible]

33

[illegible]

34

[illegible]

35

Beratung von Eltern, die mit Flasche ernähren

- Frisch zubereitete Formulanahrung kann ca. eine Stunde lang verwendet werden (z.B. wenn das Baby zwischendurch pausiert). Anschließend noch vorhandene Reste sollten **weggegessen** werden.
- Viele Babys akzeptieren auch zimmerwarme Nahrung problemlos. Ein mehrmaliges Erwärmen ist nicht notwendig und aus hygienischen Gründen auch nicht zu empfehlen.



The image shows a hand holding a purple spoon filled with a yellowish formula. Below the spoon is a clear plastic bottle of formula with a white cap. The bottle has a measurement scale on the side with markings for 30, 60, 90, 120, and 150 ml. The bottle is partially filled with the same yellowish formula. The background is a light-colored wooden surface.

Quelle: Babyline / DGE (LÖN) / BfC (in: Babyline) / Mischle (in: DGE)

Quelle: Babyline

36

Auswahl der Formulanahrung

- EU-Verordnung sichert Mindeststandards
z.B. Vorgabe EU Verordnung
Eiweiß 1,2 - 1,4g/100ml
- Eiweiß-Gehalt maximal **1,3g/100ml**
- Lactose als einziges KH
- Verhältnis DHA+ARA ausgeglichen
- **EFSA (2020):**
DHA verpflichtend (0,2–0,5 % der Gesamtfettsäuren)
ARA nicht verpflichtend, **aber empfohlen** im mind. 1:1-Verhältnis zu DHA



Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

Foto: Freepik

37

Säuglingsmilch sollte DHA und ARA enthalten

Die **European Academy of Paediatrics** und die **Child Health Foundation** haben in einem Positionspapier betont, dass Säuglingsnahrungen **sowohl DHA als auch ARA enthalten sollten**, um eine optimale Entwicklung zu unterstützen. Sie empfehlen, dass der Gehalt an ARA mindestens dem von DHA entspricht, ähnlich wie in der Muttermilch.

Zudem hat die **Ernährungskommission der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin (DGKJ)** darauf hingewiesen, dass eine Supplementierung von Säuglingsnahrung mit DHA ohne gleichzeitige Zugabe von ARA zu einem **Ungleichgewicht** führen kann. Sie empfehlen daher, bei der Auswahl von Säuglingsnahrungen auf ein **ausgewogenes Verhältnis von DHA und ARA** zu achten.

Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

38

Auswahl der Formulanahrung

- **Taurin** : kommt natürlicherweise in hoher Konzentration in Muttermilch vor und unterstützt u. a. die Gehirn- und Netzhautentwicklung sowie die Fettverdauung. Für Frühgeborene ist die Zufuhr essenziell, bei reifgeborenen Säuglingen kann Taurin eine sinnvolle Ergänzung in Formula sein – ist aber laut aktueller Evidenz **nicht zwingend erforderlich**.



Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

Foto: Freepik

39

Auswahl der Formulanahrung

- HA-Nahrung:
Aktuelle Leitlinien & Fachgesellschaften:
– **AWMF-Leitlinie „Allergieprävention“ (2022):**
→ Keine generelle Empfehlung mehr
- **DGKJ, EFSA, ESPGHAN:**
→ Nutzen zur Allergieprävention **nicht belegt**
- **Keine Empfehlung zur routinemäßigen Gabe** von HA-Nahrung
- ! Stillen bleibt die beste Allergieprävention!
- GOS/FOS/HMO's – wären ev. gut?



Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

Foto: Freepik

40

Aktualisierte Stellungnahme zum Nutzen von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung mit Probiotika

www.bfr.bund.de



Aktualisierte Stellungnahme zum gesundheitlichen Nutzen von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung mit Zusatz von „Probiotika“

Aktualisierte Stellungnahme Nr. 003 des BfR vom 14. September 2020

Beim Einsatz von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung spielen eine Reihe von Faktoren eine Rolle, die auf die Gesundheit des Säuglings wirken. Die Probiotika werden beispielsweise eingesetzt, um die Verdauung von Säuglingen mit diesen Produkten weniger infizieren zu helfen.

Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hat die Sicherheit und den Nutzen von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung mit dem Zusatz von probiotischen Bakterien für gesunde Säuglinge bewertet.

Das Institut kommt zu dem Ergebnis, dass für einen Teil der Bakterienstämme nur sehr wenige Studien mit gesunden Säuglingen durchgeführt wurden. Aus den zurzeit vorliegenden Untersuchungsergebnissen ergaben sich jedoch keine Hinweise auf potenzielle Schäden bei der Einnahme von Probiotika. Das BfR weist dennoch auf die Notwendigkeit hin, dass die Hersteller von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung die Sicherheit und den Nutzen von probiotischen Bakterien in ihren Produkten sorgfältig bewerten und dokumentieren müssen.

Das BfR weist zudem darauf hin, dass sich anhand der verfügbaren Daten kein gesundheitlicher Nutzen von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung mit Zusatz von probiotischen Bakterien ableiten lässt. Säuglingsanfangs- und Folgenahrung, denen so genannte „probiotische“ Bakterien zugesetzt sind, haben daher für die Ernährung von gesunden Säuglingen keinen Vorteil gegenüber vergleichbaren Produkten ohne derartige Zusätze.

gen bei gesunden Säuglingen. Aus Sicht des BfR sind dennoch weitere Daten aus gut geplanten und kontrollierten Interventionsstudien wünschenswert, um zuverlässige Aussagen über die Sicherheit der Mikroorganismen für den regelmäßigen Einsatz in Säuglingsnahrung treffen zu können.

Das BfR weist zudem darauf hin, dass sich anhand der verfügbaren Daten kein gesundheitlicher Nutzen von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung mit Zusatz der bewerteten Bakterienstämme ableiten lässt. Säuglingsanfangs- und Folgenahrung, denen so genannte „probiotische“ Bakterien zugesetzt sind, haben daher für die Ernährung von gesunden Säuglingen keinen Vorteil gegenüber vergleichbaren Produkten ohne derartige Zusätze.

Daniela Schuster | DKFP | EFNB | BfR in ihrer Praxis | Mitarbeit von EBL

41

HMO:

- Noch relativ neue Zutat in Formula – **seit 2018 EU-weit zugelassen**.

• ESPGHAN (2021):

- HMO können sinnvoll sein, **aber noch keine allgemeine Empfehlung**, da Langzeitdaten fehlen.

• EFSA:

- Einzelne HMOs wie 2'-FL (2'-Fucosyllactose) sind **sicher und technologisch geeignet**.

GOS/FOS:

- Deutlich länger in Verwendung als HMO.

• ESPGHAN:

- GOS/FOS gelten als **sicher und potenziell vorteilhaft**, aber ebenfalls **keine Pflichtzutat**.

Daniela Schuster | DKFP | EFNB | BfR in ihrer Praxis | Mitarbeit von EBL

42

Ernährung mit der Flasche

Zusätzliche Überlegungen:

- Preis
- Bio (meist kein Taurin)
- Palmöl

Aus ökologischer und physiologischer Sicht wird der **Verzicht auf Palmöl** in Formula zunehmend als **positiv bewertet**.



Daniela Schuster | DKFP | EFNB | BfR in ihrer Praxis | Mitarbeit von EBL

Foto: Freepress

43

ÖKO+TEST

Pre-Nahrung im Test: Mineralöl immer noch nicht ganz verschwunden

Jahrbuch Kinder und Familie für 2022 | Autor: Dr. Eichenborn Katja Töffe/Lena Hesse | Kategorie: Kinder und Familie | 05.12.2024



Daniela Schuster | DKFP | EFNB | BfR in ihrer Praxis | Mitarbeit von EBL

44

Alle haben unterschiedliche Inhaltsstoffe



Aptamil Pre CARE, Anfangsmilch

Aptamil Pre HA, Anfangsmilch

Aptamil Pre Bio, Anfangsmilch

Aptamil HA Pre Trinkfertig (1x90ml)

Aptamil Pre Pronutra 400g, Anfangsmilch

Aptamil Pre Pronutra, trinkfertig 200 ml...

Aptamil Pre Pronutra, Anfangsmilch

Aptamil Pre Pronutra 700g

Aptamil Profutura DUOADVANCE Pre...

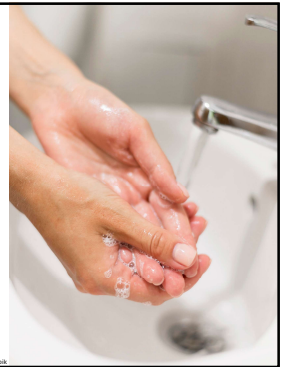
Daniela Scheller | DKSP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBS

45

Hygiene

- Händehygiene
- Saubere Arbeitsfläche
- Flaschen, Sauger und alle Utensilien sauber und trocken
- Neue Flaschen und Sauger sollten vor dem ersten Gebrauch gereinigt werden
- Flaschen und Sauger in der Spülmaschine bei 65 °C oder per Hand im Spülbecken reinigen

<https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/das-1-lebensjahr/flaeschen-fuers-baby-zubereiten/>



Daniela Scheller | DKSP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBS Foto: Freepik

46

Hygiene

- Bei der Reinigung per Hand reinigen der Innen- und Außenseiten der Flaschen und Sauger gründlich mit speziellen Geschirr- und Reinigungsbürsten oder Schwämmen, die ausschließlich für Flaschen und Sauger verwendet werden (Wechsel!)
- Alles sorgfältig unter fließendem Wasser spülen
- Flaschen und Sauger auf einem sauberen, unbenutzten Geschirrtuch abstellen und trocknen lassen.
- Decken Sie die Flaschen und Sauger mit einem weiteren sauberen Geschirrtuch ab, um sie zu schützen. Geschirrtücher täglich wechseln.

<https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/das-1-lebensjahr/flaeschen-fuers-baby-zubereiten/>



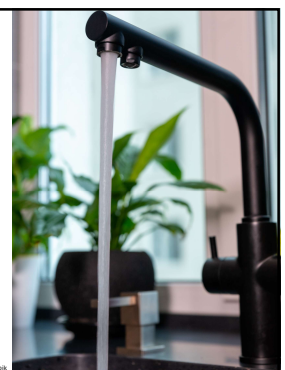
Daniela Scheller | DKSP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBS Foto: Freepik

47

Wasser

- frisches Leitungswasser verwenden
- laufen lassen, bis kaltes Wasser aus der Leitung kommt
- kein Wasser aus Bleirohren, Boilern oder Wasserfiltern verwenden
- Erhitzen des Wassers auf die vom **Hersteller der Säuglingsnahrung empfohlene Temperatur**. Einige Hersteller empfehlen eine Temperatur von 40 °C, damit sich das Milchpulver ohne Rückstände auflöst
- Schütteln oder vermengen je nach Angabe

<https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/das-1-lebensjahr/flaeschen-fuers-baby-zubereiten/>



Daniela Scheller | DKSP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBS Foto: Freepik

48

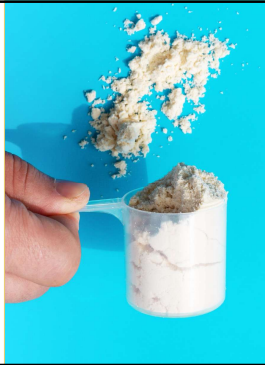
Pulver

- Dosierungsanleitung auf der Verpackung der Säuglingsnahrung beachten
- Den beiliegenden Messlöffel verwenden und mit einem sauberen Messerrücken oder an der vorgesehenen Packungsinnecke abstreichen, um die genaue Menge Pulver abzumessen
- Die abgemessene Menge Milchpulver zum Wasser in die Flasche zugeben
- Die genaue Zubereitungsanleitung auf der Verpackung befolgen – es gibt verschiedene Empfehlungen (Formel!)
- Von „Maschinen aller Art zur Zubereitung“ ist abzuraten!

<https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/das-1-lebensjahr/flaschen-fuers-baby-zubereiten/>

Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

Foto: Freepik



49

Babybrezer, Milquino, ...



Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

50

ÖKO+TEST

Test: Hefe, Riegel, Nüsse, Schokolade

Anfangsmilch 1 im Test: Eine von 14 ist "sehr gut"

Jahres-Kinder und Familien für 2024 | Autor: Lena Vöhring/Markus Freylich | Kategorie: Kinder
(14.12.2024) | 11.12.2024



Foto: 27/01/2025 Stock/Photo

Anfangsmilch 1 ist eine Pre-Nahrung schon ab Geburt verfügbar. Der einzige Unterschied ist in der Regel die enthaltenen Säuren. Bei Nahrung 1-Produkten besteht die Gefahr, dass Mineralien ein Problem in Säuglingsnahrung bilden – auch wenn die Ergebnisse darauf hindeuten, dass die Hersteller es nun besser an Griff haben.

Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

51

Aufbewahrung

- Übrig gebliebene Milch nach einer Stunde verwerfen, da sich Keime in warmer Milchnahrung schnell vermehren können.
- Zubereitete Milchflaschen sollten nicht länger als 45 Minuten im Flaschenwärmer aufbewahrt werden.
- Abgekühlte Milchnahrung darf nicht wieder aufgewärmt werden.



Foto: Freepik

<https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/das-1-lebensjahr/flaschen-fuers-baby-zubereiten/>

Daniela Scheller | DKP | EFNB | BCLC in ihrer Praxis | Mitarbeiterin EBL

52

**Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit**



53

Quellen:

1. Brown, J. V. E., Walsh, V. & McGuire, W. (2019). Formula versus maternal breast milk for feeding preterm or low birth weight infants. The Cochrane Database of Systematic Reviews, 8, CD002972.
2. Mišlanová, C., Valachovičová, M., & Slezáková, Z. (2024). An Overview of the Possible Exposure of Infants to Microplastics. Life (Basel, Switzerland), 14(3), 371.
3. Sakalidis, V. S., Kent, J. C., Garbin, C. P., Hepworth, A. R., Hartmann, P. E., & Geddes, D. T. (2013). Longitudinal changes in suck-swallow-breathe, oxygen saturation, and heart rate patterns in term breastfeeding infants. Journal of human lactation : official journal of International Lactation Consultant Association, 29(2), 236-245.
4. Xu, Z., Shen, J., Lin, L., Chen, J., Wang, L., Deng, X., Wu, X., Lin, Z., Zhang, Y., Yu, R., Xu, Z., Zhang, J., Zhang, Y., & Wang, C. (2023). Exposure to irregular microplastic shed from baby bottles activates the ROS/NLRP3/Caspase-1 signaling pathway, causing intestinal inflammation. Environment international, 181, 108296. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2023.108296>
5. Zhang, Q., Liu, L., Jiang, Y., Zhang, Y., Fan, Y., Rao, W., & Qian, X. (2023, April 15). Microplastics in infant milk powder.
6. <https://www.paediatrie.at/index.php/who-codex>
7. <https://www.stillen-institut.com/de/der-who-kodex-ein-weltweites-instrument-zum-schutz-des-stillens.html>
8. <https://www.babyfreundlich.org/home/>
9. <https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/das-1-lebensjahr/woran-erkenne-ich-dass-mein-baby-hungrig-ist/>

54

Quellen:

10. <https://www.still-lexikon.de/stillfreundliche-fuetterungsmethoden-von-muttermilch-oder-sauglingsmilch/>
11. <https://www.gesund-ins-leben.de/netzwerk-gesund-ins-leben/aktuelle-meldungen/meldungen-2024/wann-hat-mein-baby-hunger/>
12. <https://www.stillen-institut.com/de/begleitung-von-eltern-die-ih-kind-mit-der-flasche-fuettern.html>
13. <https://www.stillen-institut.com/de/zufuetterung-und-zufuetterungsmengen-stillfreundliche-methoden.html>
14. <https://www.youtube.com/shorts/v6TywI5HdY>
15. <https://www.youtube.com/watch?v=j3-cq5GdJlo&t=50s>
16. <https://www.stillen-institut.com/media/informationen-zum-flaschensauger-20210405.pdf>
17. <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/061-016>
18. <https://www.stillen-institut.com/de/h3-leitlinie-zur-allergiepraevention-aktualisiert.html>
19. <https://eur-lex.europa.eu/DE/egal-content/summary/infant-and-follow-on-formula-composition-and-information.html>
20. <https://www.efsa.europa.eu/de/topics/topic/foods-infants-and-other-groups#faq>
21. https://link.springer.com/article/10.1007/s15014-021-3907-y?utm_source=chatgpt.com
22. <https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-familien/das-1-lebensjahr/flaschen-fuers-baby-zubereiten/>

55