

Die richtige Babyflasche

Interview mit Univ.-Prof. Dr. Karl Zwiauer, St. Pölten

1. Auf welche Merkmale sollte man beim Kauf einer Babyflasche achten, um ähnlich gute Ergebnisse beim Füttern zu erzielen wie beim Stillen?

Neben hygienischen Erfordernissen an die Babyflasche sollte auf einige wichtige Punkte geachtet werden:

Der Flaschensauger sollte in Form und Beschaffenheit der Brust möglichst ähnlich sein, damit das Kind die Möglichkeit hat, seine Saugmuskulatur richtig zu gebrauchen. Daher sollte der Durchmesser der Lippenauflage möglichst groß sein. Beim Saugen an der Brust umfassen die Lippen die Brustwarze und einen Teil des Warzenhofes. Nur bei einem Sauger mit breiter Auflagefläche für die Lippen ist eine ähnliche Lippenhaltung wie beim Stillen möglich. Der Saugnippel sollte lang und brustähnlich sein. Zusätzlich soll der Sauger möglichst formbar und weich sein, denn der „Saugzapfen“ passt sich der Mundhöhle des Kindes an. Die Zunge drückt die

„Saugzapfen“ bei der Schluckbewegung an den Gaumen. Die Zunge ist gemeinsam mit der Brust die Kieferformerin.

Das Loch des Saugers soll so klein wie möglich sein. Anfangs ist die Milchmenge, die das Kind aufnimmt, sehr gering. Später reguliert der Säugling durch das Saugen an der Brust den Milchfluss selbst. Der Flaschensauger mit dem kleinsten Loch ist für den Anfang wichtig. Auch später soll das Loch so klein sein, dass das Kind kräftig saugen muss.

2. Worauf sollten Eltern beim Füttern mit der Flasche besonders achten?

Wichtig ist, dass die Position beim Füttern mit der Flasche möglichst wie beim Stillen ist: körpernah, Blickkontakt sollte gegeben sein, die Hände des Kindes beim Körper und in Symmetrie. Beim Stillen wird abwechselnd links und rechts angelegt, auch beim Füttern mit der Flasche sollte die Seite gewechselt

werden. Es sollten die individuellen Bedürfnisse und Eigenheiten des Kindes Vorrang haben, das Kind muss mit dem Flaschensauger zurechtkommen.

3. Was muss man beachten, wenn man zwischen Stillen und Flaschenfütterung gelegentlich wechseln möchte?

Wenn das Stillen gut etabliert ist und die Ratschläge, die oben aufgelistet sind, eingehalten werden, ist ein Wechseln durchaus möglich. Dennoch sollte nicht ständig zwischen Stillen und Flaschenfütterung gewechselt werden.

4. Was muss beim Abpumpen von Muttermilch beachtet werden, um möglichst alle wertvollen Inhaltsstoffe zu bewahren?

Neben einer normalen Körperpflege (Dusche) ist auch sonst auf peinlich genaue Hygiene zu achten: vor dem Abpumpen sollen Brust und Hände mit frischem Wasser und Seife gewaschen

werden. Nach dem Abpumpen soll die abgepumpte Milchmenge unter fließendem kaltem Wasser rasch abkühlen und sofort kühlgestellt werden. Die Muttermilch darf nur in sterile bzw. ausgekochte Flaschen gefüllt werden. Wenn Muttermilch länger tiefgefroren aufbewahrt wird, sollen die Flaschen mit dem Datum beschriftet werden, damit die jeweils älteren Portionen früher verfüttert werden.

Die Milchpumpe und das Pumpglas sind nach jedem Gebrauch kalt auszuspülen und anschließend mit Spülmittel auszuwaschen. Das Pumpglas soll mindestens 10 Minuten ausgekocht werden.

Bei strikter Einhaltung dieser hygienischen Empfehlungen sollte das Abpumpen und spätere Verfüttern kein Problem darstellen.

Vielen Dank!

Das Gespräch führte Dr. Renate Höhl.