



INITIATIV LIEWENSUFANK
DEBUT DE LA VIE - BEGINNING OF LIFE

Die zweite Nacht durchstehen

Der erste Tag, nachdem Ihr Baby geboren ist, sind Sie auf Wolke 7. Sie kuscheln Ihr Baby, Baby trinkt ein wenig an der Brust, er schläft und Sie schlafen. Sie duschen sich, machen sich ihre Haare und vielleicht tragen sie auch etwas Make-up auf. Besucher gratulieren ihnen, und sie erzählen vielen Leuten ihre Geschichte.

Dann kommt die zweite Nacht! Baby will die ganze Zeit an der Brust sein und will sich nicht beruhigen. Sie sind erschöpft und ihre Wolke 7 von gestern ist in weiter Ferne. Sie gehen am Morgen nach Hause und verfallen in Panik, weil sie das Gefühl haben nicht in der Lage zu sein die neue Situation zu meistern.

Jemand sagt, dass sie möglicherweise nicht genug Milch haben und ihr Baby hungrig ist und bietet ihnen eine Flasche an. Das ist keine Lösung, die ihnen hilft sich in der Lage zu fühlen für ihr Baby selbst sorgen zu können.

Ihre erste Milch, das Kolostrum, gibt ihrem Baby, was es braucht - Nahrung, Wasser, Immunfaktoren und das in kleinen Mengen für seinen kleinen Bauch.

Was passiert?

Die Welt ist ein erschreckender Ort für ein Neugeborenes. Es gibt so viele Geräusche, Gerüche und helle Lichter. Jeder Atemzug auf seiner Haut ist ein neues Gefühl!!! Er wird angestupst und umgedreht und es werden für ihn anstrengende Sachen mit ihm gemacht. Baby ist überwältigt und will zurück in den Bauch seiner Mutter, wo es in Sicherheit ist, Wärme und Ruhe hat.

An der Brust sein gibt ihrem Baby wieder diese Sicherheit. Dort kann es sich ausruhen und denselben Herzschlag hören, den es bereits im Mutterleib hörte. Das Saugen hilft ihm, sich zu entspannen und alle neuen Eindrücke in seinem Kopf zu organisieren.

Was ist zu tun?

Dieses „Tag 2 Verhalten“ ist normal ist. Es bedeutet nicht, dass Sie nicht genug Milch haben. Nehmen Sie in eine bequeme Position ein und kuscheln Sie mit ihrem Baby mit Hautkontakt. Wenn ihr Baby schläft, nehmen sie ganz sanft ihre Brustwarze aus seinem Mund und lassen sie ihre Brust als Kissen für ihr Baby. Überprüfen Sie, dass Sie Babys Nase und Mund sehen können und sie nicht in ihrer Brust abdecken. Dann entspannen Sie sich. Nach etwa 20 Minuten ist ihr Baby in einem tieferen Schlaf und kann bei Bedarf umgelegt werden. Wenn sie sich zu früh bewegen, kann es sein, dass ihr Baby wieder von vorne anfangen will, um sich sicher zu fühlen.

Ihr Baby kann auch unruhig sein und Angst haben, wenn es an einem neuen Ort ist oder unter zu vielen Eindrücken steht. Ruhe und Kuscheln können dem Baby und der Mutter helfen. Ihr Baby hat in der Gebärmutter an seinen Händen gesaugt. Vergewissern sie sich, dass die Hände nicht bedeckt sind, damit es sie finden kann. Beobachten sie die Zeichen ihres Babys, wenn es müde, überwältigt oder hungrig ist. Lernen Sie, was ihm hilft.

Dies sind allgemeine Informationen. Besprechen Sie Ihre spezifischen Bedürfnisse mit Ihrer Hebamme, Krankenschwester, Laktationsberaterin oder Arzt/in.

Auszug aus dem Newsletter (September 2016, no. 58) der BFHI (Baby Friendly Hospital Initiative). Irland. Übersetzung gestattet von Dr. Geneviève Becker.