

# Zehn Schritte: der Babyfreundliche Weg

- Erster Schritt** → Schriftliche Stillrichtlinien haben, die mit allen MitarbeiterInnen regelmäßig besprochen werden.
- Zweiter Schritt** → Alle MitarbeiterInnen so schulen, dass sie über die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten für die Umsetzung der Stillrichtlinien verfügen.
- Dritter Schritt** → Alle schwangeren Frauen über die Bedeutung und die Praxis des Stillens informieren.
- Vierter Schritt** → Den Müttern ermöglichen, unmittelbar ab Geburt ununterbrochenen Hautkontakt mit ihrem Baby zu haben, mindestens eine Stunde lang oder bis das Baby das erste Mal gestillt wurde.
- Fünfter Schritt** → Den Müttern korrektes Anlegen zeigen und ihnen erklären, wie sie ihre Milchproduktion aufrechterhalten können, auch im Falle einer Trennung von ihrem Kind.
- Sechster Schritt** → Neugeborenen weder Flüssigkeiten noch sonstige Nahrung zusätzlich zur Muttermilch geben, außer bei medizinischer Indikation.
- Siebter Schritt** → 24-Stunden-Rooming-in praktizieren - Mutter und Kind bleiben Tag und Nacht zusammen.
- Achter Schritt** → Zum Stillen nach Bedarf ermuntern.
- Neunter Schritt** → Gestillten Kindern keine künstlichen Sauger geben.
- Zehnter Schritt** → Die Mütter auf Stillgruppen hinweisen und die Entstehung von Stillgruppen fördern.

Als „Babyfreundlich“ zertifizierte geburtshilfliche Einrichtungen setzen diese „Zehn Schritte“ um und halten sich an die internationalen Beschlüsse der WHA (World Health Assembly) zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten.

Weitere Informationen zur WHO/UNICEF-Initiative unter [www.babyfreundlich.org](http://www.babyfreundlich.org)