

A close-up photograph of a woman with dark, curly hair, wearing a light blue button-down shirt. She is smiling warmly and looking down at a baby she is holding. The background is a blurred outdoor setting, possibly a park or a public area, with a shopping cart visible on the right. In the top right corner, there is a logo consisting of a stylized flower with five petals in shades of purple, orange, and blue, set against a white background with a torn-paper edge effect. Below the logo, the word "STILLZEIT" is written in a bold, black, sans-serif font.

STILLZEIT



STILLPOSITION EINFACH ERKLÄRT:

Modifizierte Wiegehaltung

FÜR DEN START IN DIE STILLZEIT

Bei der modifizierten Wiegehaltung liegt das Köpfchen des Babys nicht in der Armbeuge, sondern in der Hand. Diese Position eignet sich vor allem für den Start in die Stillzeit.



Modifizierte Wiegehaltung

1. Setze oder lege dich bequem hin.
2. Dein Baby liegt mit seinem Bauch eng an deinem Bauch.
3. Die Hände deines Babys sind nah an deiner Brust.
4. Das Ohr, die Schulter und die Hüfte deines Babys bilden eine Linie.
5. Deine Hand liegt zwischen den Schultberlättern deines Babys.
Der Kopf wird durch deine Finger gestützt.
6. Mit der zweiten Hand kannst du bei Bedarf deine Brust von unten halten
(die Finger sind dabei 2 bis 3 cm von der Brustwarze entfernt) oder das
Baby stützen.

