



Christina Law-McLean IBCLC
STILLCOACH
Aufbaukurs
Stillberatung
 in der restlichen Stillzeit

BEIKOST
 stabilisiert sich:
 Ein Prozess – Teil 2

1



Videos - Modul 5

Beikost stabilisiert sich – Teil 2

Entwicklungsschritte, die Fortschritte beeinflussen

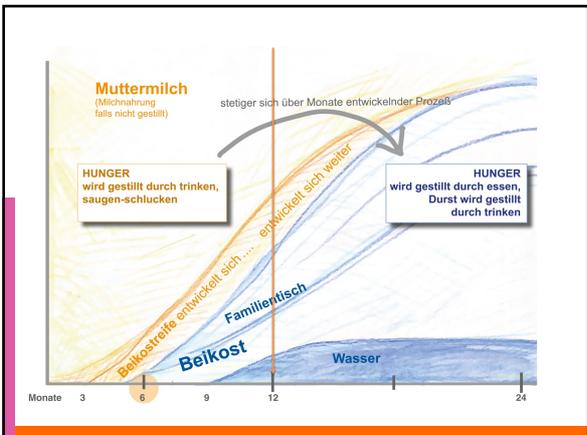
Langzeitstillen Grundlagen & Begleitung

Langzeitstillthemen

Das Kind will nach wie vor nicht essen

Extras

2



3



Entwicklung

- **Zunehmend selbstständigere „Kontrolle“ von Essenszeiten und Mengen durch das Kind**
- Immer weniger „Schema“, immer mehr Familien-Lebenswelt
 - Gerade auch bei den Kindern welche zunächst nahezu ausschließlich Brei gegessen haben

4



Entwicklung

- Eltern entwickeln nach und nach das **Zutrauen, dass das Kind seinen Hunger und Bedürfnis zu essen selbst steuern kann**
- Dies ist manchmal nicht so einfach:
 - Z.N. Gedeihstörung/ Gewichtsproblemen
 - Z.N. Kinderklinik Aufenthalt

5



Übergang zum Familientisch

- Immer mehr **Geschmäcker und Konsistenzen** werden miteinbezogen
- Zunehmend mehr Gewürze und auch Salz Jedoch nicht zu plötzlich!
- **Familienumfeld/ kultureller Hintergrund spielt eine Rolle**

6



Übergang zum Familientisch

Entspannung!:

- Auch wenn einmal „Fast Food“ oder irgendwelche anderen „nicht wertvollen“ Speisen einfließen
- **Das Gesamtbild macht den Unterschied (Ausgewogenheit)**
- Aber auch einseitige Vorlieben der Kinder können vorkommen

7



Übergang zum Familientisch

Wie gesagt – Wenn das Gesamtbild stimmt und die Entwicklung im Rahmen ist, ist es in Ordnung:

- Gewicht
- Motorisch/ Kognitiv, etc.
- Zufriedenheit
- Allgemeinbild
- **Breites Spektrum!**

8



Übergang zum Familientisch

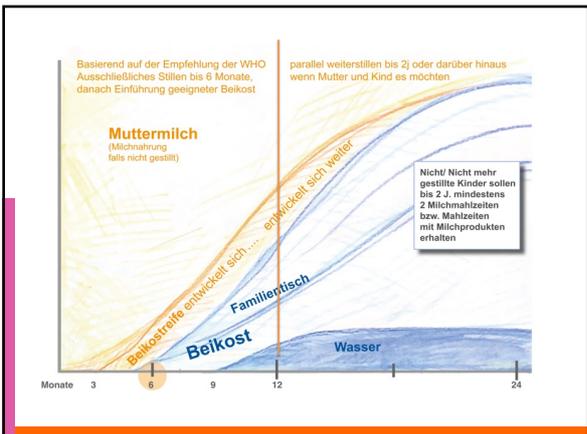
- Motorik des Kindes entwickelt sich weiter
- **Hierdurch weniger „Füttern“ durch Eltern und mehr selbst essen**
- Zunehmend **mehr Selbstbestimmung** des Kindes bei den Mahlzeiten (Menge, Ablauf)

9

 **Weiter stillen**

- Trotz großer Fortschritte beim selbstständigen Essen generell/ am Familientisch:
Zusätzliches Stillen ist absolut normal
 - Nach Mahlzeiten
 - Zur Beruhigung
 - Zum Einschlafen

10



11

 **Essenstypen**

- **Bereits als junge Säuglinge kann man bei den Kindern unterschiedliche Essenstypen beobachten**
 - Spitznamen wie: „Genießer“/
 „Druckbetanker“,...etc. werden verwendet
- **Diese Eigenschaften können sich in der Zeit zunehmenden Essens noch deutlicher Zeigen**

12



„Essensphasen“

- Bei jungen/ jüngeren Säuglingen noch **anders spürbar** („Phasen“/ „Wachstumsschübe“...)
- Auch bei **Kleinst- & Kleinkindern kann man einen Wechsel an Appetit wahrnehmen**
 - Phasen großen/ stetigen Appetits
 - Wechseln sich ab mit Phasen in denen Mütter äußern „ich glaube mein Kind lebt gerade nur von Luft & Liebe“

13