



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

## Beikosteneinführung Gibt es ein festes Schema?

1

---

---

---

---

---

---

---

---



## Die Frage nach dem „festen Schema“

- Erwartungshaltung wenn es um Beratung zur Beikosteneinführung geht
- Ist häufig die erste Frage der Eltern
- Gefühl der Eltern, „hinterher zu sein“ vermeiden

2

---

---

---

---

---

---

---

---



## Die Frage nach dem „festen Schema“

- Industrie suggeriert ein festes Schema bezüglich
  - Zeitablauf (Alter, Zeitspanne zum nächsten Schritt)
  - Menge die ein Kind in einem bestimmten Alter isst
  - Reihenfolge der Nahrungsmittel
- Auch deshalb wünschen sich Eltern ein solches
  - Gibt Sicherheit

3

---

---

---

---

---

---

---

---



## Zeitlicher Ablauf

- Beikostreife
- Intuition der Eltern
- Berücksichtigung der Lebenswelt der Eltern
  - Z.B. Wann wird gegessen, wann wird was gegessen (warm, kalt)
- Andere Einflüsse: Z.B. Krankheiten

---

---

---

---

---

---

---

---

4



## Welche Menge in welchem Alter?

- Individuelle Essenstypen z.B.:
  - Wenige große Portionen
  - Viele kleine Portionen
- „Tagesform“
- Parallel zur reinen Milchernährung:  
Das Gesamtpaket zählt:  
Entwicklung, Gewichtsentwicklung,  
Ausscheidung, Zufriedenheit

---

---

---

---

---

---

---

---

5



## Reihenfolge der Nahrungsmittel

- Geschmäcker und Vorlieben dürfen unterschiedlich sein:
  - Geschmack
  - Konsistenz
- Dies kann auch einen Großen Einfluss auf den Ablauf der Reihenfolge haben

---

---

---

---

---

---

---

---

6