

## Wie groß ist der Magen des Neugeborenen?

Bei der Geburt ist der Magen so groß, dass er etwa 5 bis 7 ml fasst. Das entspricht genau der Menge an Neugeborenenmilch, die das Kind am ersten Tag bei jedem Stillen erhält.

Die Dehnbarkeit des Magens nimmt in den ersten Tagen rasch zu. Durch zu große Mahlzeiten kann er überdehnt werden.

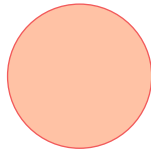
Am 3. Tag hat der Magen mit 22 bis 27 ml eine gesunde Fülle erreicht.

Am 10. Tag kann er dann 45 bis 60 ml gut aufnehmen.

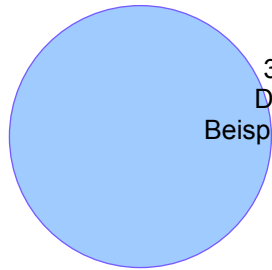
## Die Magengröße des Neugeborenen veranschaulichen

Mit den abgebildeten Kreisen oder passenden Gegenständen lässt sich die Magengröße beispielhaft zeigen:

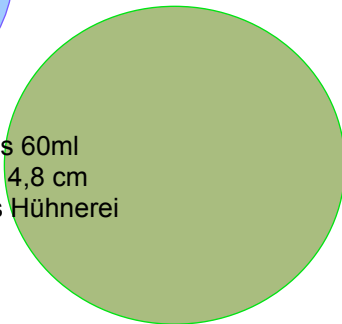
1. Tag: Menge: 5 bis 7 ml  
Durchmesser 2,1 bis 2,4 cm  
Beispiel: Murmel oder Holzkugel



3. Tag: Menge: 22 bis 27 ml  
Durchmesser: 3,5 bis 3,9 cm  
Beispiel: Tischtennisball (3,7 cm)



10. Tag: Menge: 45 bis 60ml  
Durchmesser: 4,4 bis 4,8 cm  
Beispiel: mittelgroßes Hühnerei  
oder kleiner Ball



## Die Stillempfehlung der WHO lautet:

Sechs Monate ausschließlich stillen, das heißt keine andere Nahrung oder Flüssigkeit außer Muttermilch, und danach neben angemessener Beikost weiter stillen bis zum Alter von zwei Jahren oder darüber hinaus.

Das Ende der Stillbeziehung gestalten Sie am Besten in beiderseitigem Einverständnis.



## Impressum

Text: Uta Reich-Schottky, Fotos: Sarah von Franken, fotolia, Uta Reich-Schottky

© 2015 DAIS

DAIS – Deutsches Ausbildungsinstitut für Stillbegleitung  
gemeinnützige Unternehmungsgesellschaft (haftungsbeschränkt). Jasminweg 4, 53757 Sankt Augustin  
Amtsgericht Siegburg: HRB 12442 –  
Steuernr. 222/5751/1197

[www.ausbildung-stillbegleitung.de](http://www.ausbildung-stillbegleitung.de)

Überreicht durch

## Was das Neugeborene braucht

Die Geburt bedeutet für das Neugeborene eine enorme Umstellung. Bisher wurde es durch die Nabelschnur versorgt. Jetzt muss es selber atmen, selber essen und verdauen, seine Körpertemperatur regulieren, seine Eltern und eine ganz neue Welt kennenlernen.

Sie können Ihr Kind jetzt in die Arme schließen, es auf seinem Weg in die Welt begleiten und ihm mit dem Stillen Nähe, Wärme, Immunschutz und Nahrung geben.



# Was das Neugeborene braucht

## Liebe auf den ersten Blick

Auf Ihrer Brust kann Ihr Neugeborenes sich am besten von der Geburt erholen – und Sie beide können Liebe auf den ersten Blick erfahren.

Auch in den Stunden und Tagen danach helfen Kuscheln und häufiges Stillen Ihrem Baby, sich geborgen und sicher zu fühlen und den Übergang zum Leben außerhalb der Gebärmutter zu meistern.

## Stillen ab der ersten Stunde

So wie ein gesundes Neugeborenes selber atmen kann, so kann es auch selber seine Nahrungsquelle suchen und trinken – wenn man es lässt und ein bisschen unterstützt.

Bleiben die Babys nach der Geburt ungestört auf dem Bauch der Mutter, beginnen die meisten innerhalb der ersten Stunde, nach der Brust zu suchen. Sie robben von selbst dort hin, nehmen die Brust in den Mund und fangen an zu saugen. Manche Babys brauchen dazu länger, z.B. wenn sie durch unter der Geburt gegebene Medikamente beeinträchtigt sind. Bleiben Sie in engem Kontakt mit Ihrem Baby, umso schneller wird es sich erholen.

## Stillzeichen

Schon Ihr Neugeborenes zeigt Ihnen, wenn es an die Brust möchte. Es wird unruhig, die Augen rollen, es sucht, streckt die Zunge vor, schmatzt, saugt an seiner Hand oder anderem Erreichbarem.

Sitzen Sie bequem und zurückgelehnt mit Ihrem Baby auf Ihrem Oberkörper, wird es sich zur Brust hin bewegen und, eventuell mit etwas Hilfe von Ihnen, die Brust erfassen und saugen.

## Neugeborenenmilch

Das Kolostrum, die Milch der ersten Tage, ist eine spezielle Neugeborenenmilch.

Ihre erste Aufgabe besteht darin, das Neugeborene für eine Welt voller unbekannter Keime zu wappnen. Das Kolostrum enthält in besonders hoher Konzentration sowohl Schutzstoffe gegen schädliche Bakterien als auch notwendige Bakterien und Hilfsstoffe für die Entwicklung einer gesunden Darmflora.

Die Neugeborenenmilch hilft dem Baby, das Mekonium auszuschcheiden, und sie stabilisiert seinen Blutzucker.

Sie ist leicht verdaulich und enthält Enzyme, die die Verdauung des Säuglings unterstützen. Magen, Darm und Bauchspeicheldrüse des Neugeborenen müssen sich an ihre neue Aufgabe erst gewöhnen. Um sie nicht zu überfordern, kommt die Milch anfangs in kleinen Mengen. Bei jedem Stillen steigert sich die Milchmenge.

Muttermilch ist so gut verdaulich, dass der Magen des Säuglings meistens schon nach ein bis anderthalb Stunden geleert ist. Oft will das Baby dann erneut gestillt werden.

Neugeborene trinken 8 bis 12 mal in 24 Stunden oder öfter. Manchmal wollen sie mehrmals in ganz kurzen Abständen an die Brust und machen dann vielleicht eine längere Pause.

Häufiges Stillen von Anfang an nützt auch Ihnen: Der Übergang zur reichlichen Milchbildung, der sogenannte Milcheinschuss, erfolgt dann in der Regel schnell und sanft und kaum mit unangenehmen Begleiterscheinungen.

## Ausschließlich stillen

Wird das gesunde, reife Neugeborene nach Bedarf gestillt, also immer dann, wenn es Stillzeichen zeigt, dann erhält es normalerweise alles was es braucht.

In bestimmten Situationen kann ein Zufüttern angebracht sein. Dies sollte jedoch nur bei medizinischer Indikation und nicht routinemäßig erfolgen.

Ist das Neugeborene zu schläfrig oder nicht kräftig genug, um genügend Milch aus der Brust zu bekommen, kann es helfen, vorübergehend Muttermilch zu gewinnen und zu füttern. Bei der Wahl der Füttermethode ist zu bedenken, dass künstliche Sauger besonders in dieser Lernphase das Saugverhalten des Babys an der Brust negativ beeinflussen können.

Säuglingsnahrung und auch Tee stören den Aufbau der Darmflora und den Schutz der Darmwand. Durch unnötig gegebene Nahrung kann der Beginn der reichlichen Milchbildung beeinträchtigt werden. Deshalb ist es wichtig, Nahrung nur zu geben, wenn dies tatsächlich angezeigt ist.



Beim Stillen nach Bedarf stellt sich ein Gleichgewicht ein zwischen dem, was das Baby braucht, und der Milchmenge in der Brust. Die Nachfrage bestimmt das Angebot.