

# Ausbildungszentrum Laktation und Stillen



Ausbildungszentrum Laktation und Stillen \* Kantor-Rose-Str. 9 \* 31868 Ottenstein

## Wecken eines schläfrigen Neugeborenen

© E. Nehlsen, Ausbildungszentrum Laktation und Stillen, 10.02.2014

Manche Neugeborene sind in den ersten Tagen schläfrig. Sie wachen vielleicht nicht oft genug zum Stillen auf. Denken Sie daran, Neugeborene müssen mindestens 8 – 12 x/24 h stillen.

Manche Babys schlafen auch wieder ein, nachdem sie angefangen haben zu stillen.

Hier sind ein paar Möglichkeiten, wie man ein Baby wecken kann. Babys sind unterschiedlich und reagieren auf die verschiedenen Methoden auch unterschiedlich. Probieren Sie aus, was Ihr Baby wach hält. Wenn etwas nicht (mehr) wirkt, versuchen Sie eine andere Variante.

### Stimulieren Sie alle Sinne Ihres Babys

- Ziehen Sie Ihr Baby bis auf die Windel aus, damit es durch die Raumtemperatur stimuliert wird
- Nehmen Sie Ihr Baby vor dem Stillen für 15 – 30 Minuten in Hautkontakt
- Reiben Sie sanft die Haut und massieren Sie Ihr Baby an verschiedenen Körperstellen von oben bis unten, streichen Sie über seinen Kopf, seine Fußsohlen, auf und ab entlang der Wirbelsäule, über den Bauch, entlang der Arme, streichen Sie über den Oberbauch.
- Regeln Sie die Beleuchtung so, dass Ihr Baby dadurch stimuliert wird, das Licht aber nicht zu grell ist, sodass Ihr Baby seine Augen öffnen mag und sie nicht zukneifen muss.
- Wenden Sie den "Puppenaugen-trick" an: Bewegen Sie Ihr auf Ihrem Schoß zu Ihnen gewandt sitzendes Baby sanft mit dem Oberkörper auf und ab bis es die Augen öffnet.
- Sprechen Sie Ihr Baby an. Babys reagieren auf die Stimme ihrer Mutter.
- Lassen Sie das Baby für einige Minuten an Ihrem sauberen Finger saugen.
- Entleeren Sie etwas Muttermilch aus der Brust und halten Sie sie unter Babys Nase. Lassen Sie etwas Muttermilch über die Brustwarze laufen während sie das Baby anlegen.
- Bewegen Sie die Brustwarze in Babys Mund (achten Sie darauf, dass es dann nicht nur an der Brustwarze saugt). Wenn der Saugschluss dadurch gebrochen wird, legen Sie ihr Baby neu an.
- Ändern Sie die Stillposition Ihres Babys von der Wiegen- zur Rückenhaltung und wieder zurück
- Wechseln Sie zwischendurch die Windeln Ihres Babys.
- Legen Sie einen kühlen Waschlappen an den Körper Ihres Babys aber achten Sie darauf, dass es nicht auskühlt. Frühgeborene Babys kühlen schneller aus als reife Babys.

**Wenn sich Ihr Baby trotz Anwendung diverser oben benannter Methoden nicht wecken lässt, ist das ein Grund zur Besorgnis und Sie sollten Ihren Kinderarzt kontaktieren.**

Wir weisen darauf hin, dass diese Informationen der generellen Information der Eltern dienen und einem Arztbesuch nicht gleich kommen oder ihn ersetzen. Beachten Sie immer die Anweisungen ihres Kinderarztes und zögern Sie nicht, seinen Rat zu suchen, wenn Sie über die Gesundheit Ihres Babys besorgt sind.