



SELBST-CHECK STILL- & FÜTTERSCHWIERIGKEITEN

Diese Checkliste bietet Dir einen ersten Check, ob in Eurem Fall eine Stillberatung & ggf. Zungenbändeinschätzung sinnvoll wäre.

Hinweis: Diese Checkliste bietet eine grobe Ersteinschätzung - ersetzt aber keine individuelle 1:1 Beratung.

Es ist empfohlen, bei Auffälligkeiten im Selbst-Check Kontakt zu einer spezialisierten Stillberatung aufzunehmen & nicht direkt den Kontakt zu spezialisierten Ärzten/Ärztinnen zu suchen. Da in jedem Fall der vorherige Ausschluss von anderen Ursachen, Anpassen im Still- & Füttermanagement & weitere Maßnahmen, sowie ggf. eine Vorbereitung auf den Termin beim Spezialisten sinnvoll ist. Dies gilt ebenso bei Formula- & Flaschenernährung.

Symptome bei Deinem Baby - Allgemein

- | | |
|---|---|
| ☐ Deutlich verstärkte Unruhe / Unzufriedenheit - Dein Baby ist durch scheinbar nichts zufrieden zu stellen / kaum Ruhephasen | |
| ☐ will nicht auf dem Rücken liegen | ☐ möchte nur aufrechts getragen werden |
| ☐ Dein Baby nimmt zu wenig zu | ☐ Dein Baby nimmt zu viel zu |
| ☐ Dein Baby leidet unter Blähungen. | ☐ Koliken |
| ☐ Dein Baby leidet unter Blähungen. | |
| ☐ Dein Baby atmet vermehrt durch den Mund / offene Mundhaltung | |
| ☐ Dein Baby schläft mit offenem Mund. | ☐ Schnarchen ☐ Röcheln / Gurren |
| ☐ Atemaussetzer beim Schlafen | ☐ Unruhige ☐ Kurze Schlafphasen |



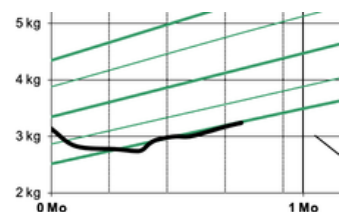


SELBST-CHECK STILL- & FÜTTERSCHWIERIGKEITEN

Symptome bei Deinem Baby - Still- & Füttersituation



- | | |
|--|---|
| ☐ Flaches Andocken / Geringe Mundöffnung. Dein Baby nimmt wenig Brust in den Mund | |
| ☐ Lieblingsbrust _____ | ☐ nur wenige / eine Position gelingt |
| ☐ häufiges An- & Abdocken | ☐ Ran - & Weg- Verhalten |
| ☐ schnalzen/ klicken beim Stillen | ☐ Luft ziehen |
| ☐ Milchverlust aus den Mundwinkeln | ☐ schläft schnell beim Trinken ein |
| ☐ Du musst Deine Brust beim Stillen halten, damit Dein Baby nicht das Vakuum verliert | |
| ☐ Häufiges Verschlucken | ☐ häufig Schluckauf |
| ☐ Überstreckt sich während und/ oder nach dem Trinken | |
| ☐ Unruhig an der Brust | ☐ Lippen beim Stillen eingezogen |
| ☐ Saugbläschen / Zweifarbig Lippen | ☐ Dauerstillen |
| ☐ vermehrtes Aufstoßen / Spucken / Reflux | |
| ☐ angedaute Milch | ☐ frische Milch |
| ☐ Milch läuft aus der Nase | ☐ Pre: angedickt oder Anti-Reflux |
| ☐ weißlicher Belag auf der Zunge | ☐ Würgen |



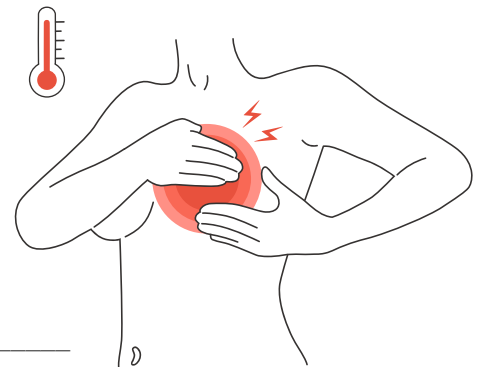


SELBST-CHECK STILL- & FÜTTERSCHWIERIGKEITEN

Symptome bei Dir als Mama - Still- & Füttersituation



- ☐ **Schmerzen beim Stillen**
- ☐ wund Brustwarzen ☐ blutig ☐ gerötet ☐ blutig
- ☐ Vasospasmus ☐ Schmerzen nach dem Stillen
- ☐ Brustwarzen verformt nach dem Stillen ☐ verfärbt: _____
- ☐ häufig Milchstau ☐ Mastitis, Abzess im Verlauf
- ☐ Anlegen gelingt häufig nur mit sehr großem Aufwand / Hilfsmitteln
- ☐ Stillhut ☐ Baby kaut auf deiner Brust
- ☐ Brust fühlt sich nach dem Stillen nicht effektiv entleert an
- ☐ Dauerstillen
- ☐ nur eine oder wenige Positionen gelingen
- ☐ **zu wenig Milch** ☐ zu viel Milch
- ☐ Zufütterung nötig ☐ Pumpen ☐ Pre: _____
- ☐ **Fläschchen:**
- ☐ nur eine oder wenige Haltungen gelingen
- ☐ Flaschensauger verformt nach dem Trinken / kaut auf dem Sauger
- ☐ Schwierigkeiten mit kleiner Saugergröße (0-3/6 Monate)





SELBST-CHECK STILL- & FÜTTERSCHWIERIGKEITEN

Du hast Dich & / oder Dein Baby (mehrfach) wiedererkannt?

Lass uns gemeinsam
herausfinden, welche Ursache
hinter euren Schwierigkeiten
steckt.

Melde Dich jetzt für echte
Lösungen - statt weiter an den
Symptomen zu kratzen.

buche hier Deinen Termin
<https://tidycal.com/bindungszeige>

**oder melde Dich direkt unter
015251917887
(auch WhatsApp)**

