

Ernährung beim Säugling

Stillen oder Flasche?

Beides ist möglich und gut. Muttermilch ist optimal, aber moderne Säuglingsmilch ist eine gute Alternative.

Stillprobleme?

Bei Fragen oder Problemen rund ums Stillen helfen Hebammen, Stillberaterinnen (IBCLC) oder Ihre Kinderarztpraxis weiter.

Ab wann Beikost?

- Ab 4.–6. Monat, je nach Reifezeichen des Kindes (Interesse, Kopfkontrolle, kein Zungenstossreflex)
- Start mit Gemüsebrei, langsam erweitern

Was vermeiden?

- Kein Honig im ersten Lebensjahr (Botulismusgefahr)
- Keine Kuhmilch als Getränk vor dem 1. Geburtstag
- Kein Zucker, keine gesüßten Getränke

Tipps:

- Wasser ab Beikostbeginn anbieten
- Allergene wie Ei oder Erdnuss können ab dem Beikostbeginn eingeführt werden – am besten in kleinen Mengen und einzeln, um eine Reaktion zu erkennen
- Selbstgekocht oder Gläschen – beides ist möglich

Wir beraten Sie gerne zur Säuglingsernährung und Beikosteinführung

Bei Fragen sind wir gerne für Sie da. Ihr Kinderarzthaus

