



Christiane Stella Bongertz

ELTERN-Ratgeber. Stillen

So findest du gelassen deinen eigenen Weg

Richtig stillen – Ratgeber für Mütter

Stillen ja oder nein? Wenn ja, wie lange und was brauche ich dafür? Diese Fragen stellen sich die meisten werdenden Mütter. Dieser **fundierte Elternratgeber** gibt mit vielen **Infos, Tipps und Erfahrungsberichten** einen einfühlsamen Überblick zum Thema Stillen. Anschaulich werden die **unterschiedlichen Aspekte rund ums Stillen** beleuchtet – von den Grundlagen des Babystillens über die richtige Ernährung während des Stillens bis zur passenden Stillposition und Erfahrungsberichten von Müttern.

Kompetente Stillberatung aus der ELTERN-Redaktion

Soll ich überhaupt stillen? Gibt es einen Stillinstinkt? Geht Alkohol in die Muttermilch über? Empathisch und anschaulich präsentiert Ihnen dieser **Elternratgeber der neuen ELTERN-Buchreihe von DK** praktische Antworten und wichtige Informationen für eine individuelle Orientierung.



- **Umfassende Hintergrundinfos rund um das Thema richtig Stillen:** Von den Anfängen des Stillens über verschiedene Stillmethoden bis zu den Mythen rund um die Muttermilch.
- **Unterschiedliche Problemlösungsansätze & Tipps:** Was tun bei wunden Brustwarzen? Wie pumpt man am besten Muttermilch ab und bewahrt sie auf?
- **Erfahrungsberichte & Experteninterviews:** Wie haben andere Mütter das Thema Stillen erlebt? Hier finden sich echte Antworten von Müttern, die einiges ganz anders gemacht haben als sie zunächst planten.

Nur das Beste für Ihr Baby! Dieser kompetente Elternratgeber begleitet und unterstützt Sie optimal beim Stillen Ihres Schützlings.

Christiane Stella Bongertz

ELTERN-Ratgeber. Stillen

So findest du gelassen deinen eigenen Weg

ISBN 978-3-8310-4287-6

176 Seiten, 172 x 225 mm

Mit farbigen Fotos und Illustrationen

€ 16,95 (D) / € 17,50 (A)