

# Pressemitteilung

## Weltstillwoche 2016

### Stillen: Mehr als nur die beste Babynahrung

*Köln, 04. Oktober 2016.* Unter dem Motto „Stillen, Fundament für eine nachhaltige Entwicklung“ findet vom 03. bis 09. Oktober 2016 die Weltstillwoche statt. Anlass für die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), auf ihrem Online-Portal [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de) die zahlreichen positiven Wirkungen des Stillens hervorzuheben. Wertvolle Tipps für stillende Mütter gibt eine neue Infografik zu Stillpositionen.

Stillen stärkt die emotionale Bindung zwischen Mutter und Kind. Vor allem in den ersten Lebensmonaten, wenn das Kind noch einen besonders engen körperlichen Kontakt braucht, erfährt es beim Stillen hautnah die Wärme der Mutter und kann sich sicher und geborgen fühlen. Auch bei Müttern löst das Stillen und die damit verbundene Nähe in der Regel ein großes Glücksgefühl aus, das ihnen hilft, die oft Kräfte zehrenden anstrengenden ersten Monate leichter zu überwinden.

Muttermilch hat alle wichtigen Nährstoffe in der richtigen Qualität und Menge, die ein Säugling für sein gesundes Gedeihen braucht. Sie enthält besondere Abwehr- und Schutzstoffe, die ein Kind vor Krankheiten schützen und verhindert, dass das Baby überernährt wird. Sie ist zu jeder Zeit und an jedem Ort verfügbar, hat immer die richtige Temperatur, ist hygienisch einwandfrei - und ist kostenlos.

#### Mehr Informationen der BZgA zum Thema:

Infografik zu Stillpositionen:

<http://www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/stillen/infografik-stillpositionen>

Plakat zu Stillpositionen:

<http://www.kindergesundheit-info.de/infomaterial-service/infomaterial/broschueren-infomaterial/>

Allgemeine Alltagstipps:

<http://www.kindergesundheit-info.de/themen/>

Tipps für die Stillzeit:

<http://www.kindergesundheit-info.de/themen/ernaehrung/stillen/>