

BONDING BEI FLASCHENFÜTTERUNG



Bonding – die emotionale Bindung zwischen dir und deinem Baby

Liebe, Nähe, Wärme und ein wenig „Magie“ – das sind die Zutaten für das Bonding, also den emotionalen Bindungsaufbau zwischen dir und deinem Baby. Bereits der erste Hautkontakt unmittelbar nach der Geburt fördert die Eltern-Kind-Bindung besonders. Dieser intime und bedeutungsvolle Kontakt unterstützt durch die Ausschüttung von Stillhormonen das Stillen und hilft dir von Anfang an, ein starkes „Muttergefühl“ aufzubauen. Bonding heißt aber auch, dein Baby und seine Bedürfnisse verstehen zu lernen und auf Körpersprache, Mimik und Laute entsprechend reagieren zu können. Damit vermittelst du deinem Kind Vertrauen und Geborgenheit.

Bonding bei Flaschenfütterung – das geht!

Damit zwischen dir und deinem Baby viel Nähe entstehen kann, während du es mit der Flasche fütterst, solltest du ein paar Dinge berücksichtigen. Schenke deinem Kind auch beim Flaschenfüttern deine ganze Aufmerksamkeit, indem du es mit Blickkontakt eng am Körper hältst. Versuche dabei auch sooft es geht, Hautkontakt zwischen dir und deinem Baby herzustellen, um die Verbindung zwischen euch auch beim Füttern zu vertiefen. So kannst du die Sättigungssignale deines Babys erkennen und sofort darauf reagieren – ein wichtiger Aspekt, um die Eltern-Kind-Bindung zusätzlich zu stärken.

Die Zeichen deines Babys richtig erkennen – Füttern nach Bedarf

Jedes Kind muss seinen eigenen Hunger- und Sättigungsrhythmus entwickeln. Wichtig ist, dass du dein Baby regelmäßig fütterst, aber nicht überfütterst. Du kannst dein Baby unterstützen, indem du es nach Bedarf fütterst und dabei auf mögliche Hunger- und Sättigungssignale achtest. Diese Signale zu erkennen und zu beachten, helfen deinem Baby dabei, genau die richtige Milchmenge aufzunehmen und einer übermäßigen Gewichtszunahme vorzubeugen. Die meisten Babys können von Beginn an signalisieren, wann sie hungrig sind, und tun dies z. B., indem sie:

- Die Augen im Schlaf bewegen.
- Such- und Saugbewegungen machen, wie z. B. am Finger oder Kuscheltuch saugen.
- Unruhig werden mit verstärkten Strampel- und Armbewegungen.
- Häufiger die Hände zum Mund bewegen.
- Eine angespannte Körperhaltung einnehmen, Fäuste ballen oder die Stirn runzeln.
- Sanfte Laute sowie Seufzer von sich geben.

Je früher du die Hungersignale deines Babys erkennst, desto besser. Fängt dein Baby an zu schreien, ist das ein sehr spätes Hungersignal und führt dazu, dass dein Baby zu hastig trinkt, wodurch es Luft schlucken kann. Aber: Nicht alle Signale müssen automatisch bedeuten, dass dein Baby Hunger hat. Sättigung signalisiert dein Baby z. B. durch längere Pausen beim Saugen, eine entspannte Körperhaltung und Einschlafen.

Mit der Zeit lernst du, die Signale deines Babys zu verstehen und richtig zu deuten, auch das verstärkt die emotionale Eltern-Kind-Bindung weiter.

So gelingt die richtige Trinkposition:

- Halte dein Baby in leicht schräger Position, sodass der Kopf deines Babys in deiner Ellenbeuge liegt und ihr Blickkontakt haben könnt.
- Achte darauf, den Sauger stets schräg zu halten, so ist er immer mit Milch gefüllt und du verhinderst, dass dein Baby zu viel Luft schluckt.
- Lass deinem Baby während des Trinkens oder danach etwas Zeit für ein Bäuerchen, so kann es eventuell mit der Milch geschluckte Luft wieder herausbringen.
- Wechsle, genau wie beim Stillen, die Seiten und füttere dein Baby abwechselnd im rechten oder linken Arm.



Tipp:

Damit bei der Flaschenfütterung der Körperkontakt nicht zu kurz kommt, füttere dein Baby nicht in der Babywippe oder im Autositz – Zeit für ein wenig Nähe sollte immer sein.