



Sind gestillte Babys gesünder als Flaschenkinder?

Keine Frage: Die beste Nahrung für ein Baby in seinem ersten Lebenshalbjahr ist die Muttermilch. Die Natur hat ein ausgeklügeltes, bewährtes System entwickelt, das dem „Nachwuchs“ optimale Nahrung zur Verfügung stellt. Sind **gestillte Babys** aber wirklich **gesünder als Flaschenkinder**?

Gestillte Babys: Gesundheit aus der Natur

Die Zusammensetzung der Muttermilch ändert sich gleich zweifach. Sie passt sich dem Lebensalter des Babys an und dem Lauf der Mahlzeit. Muttermilch ist beim **Stillen** am Anfang dünner, um den Durst zu stillen und wird gegen das Ende des Stillvorgangs dicker und fetter. Muttermilch versorgt das **Baby** mit Abwehrstoffen und hilft ihm, sein unreifes Verdauungssystem auszubilden.

Gestillte Babys entwickeln, nach Meinung von Stillexperten, weniger Allergien, werden weniger oft übergewichtig und leiden seltener an Infektionen. Nur Muttermilch ist optimal auf die Bedürfnisse von Säuglingen abgestimmt.

Flaschenkinder: gesund aufwachsen mit Muttermilch-Ersatz

Manche Frauen können aufgrund körperlicher oder psychischer Umstände nicht stillen. Es ist absolut unfair, diesen Frauen ein schlechtes Gewissen zu machen. Auch moderne Babynahrung ist gut auf die Bedürfnisse von Babys abgestimmt. Natürlich mit Einschränkungen: Babynahrung ist in der Konsistenz immer gleich, nicht vollständig verdaulich und darüber hinaus teuer.

Achten Sie darauf, dass Ihr „**Flaschenkind**“ immer die seinem Alter entsprechende Babynahrung erhält. Die Alterseignung ist auf der Verpackung angegeben. Achten Sie weiters darauf, dass Sie die Flaschennahrung korrekt zubereiten, denn sonst droht Verstopfung.

Die Flasche: keine Todsünde, sondern vertretbares Mittel zum Zweck

Es steht außer Frage, dass Stillen das Beste ist, das Sie Ihrem Baby während seiner ersten Lebensmonate geben können. Können Sie nicht stillen, ist Flaschennahrung ein hochwertiger Ersatz.

Autor: Redaktion / Sabine

Weitere Artikel, die Sie interessieren könnten:

- ▶ Die Vorteile des Stillens
- ▶ Stillen oder Flasche?
- ▶ Stillberatung

[zum Artikel Sind gestillte Babys gesünder als Flaschenkinder?](#)