

CHECKLISTE FÜR DIE GESUNDHEIT VON MUTTER UND KIND

Liebe Eltern,

Dieses Schema wird Sie dabei unterstützen, Entscheidungen für Ihre Gesundheit und die Ihrer Kinder zu treffen. Wir bitten Sie, ihn auf der Grundlage Ihres Wissens und der Informationen auszufüllen, die Sie von den Fachleuten des Betriebs für die ASUIT erhalten, die zur Verfügung stehen, um die Themen mit Schwangeren, Müttern, Vätern, Familien und der Gemeinschaft zu diskutieren.

STILLEN UND ERNÄHRUNG

Thema	DATUM			DATUM			DATUM		
	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein
Bedeutung des Stillens und Folgen des Nichtstillens für Kind* und Mutter									
Bedeutung des ausschließlichen Stillens und Folgen der Verabreichung anderer Nahrungsmittel oder Flüssigkeiten, wenn keine medizinische Indikation vorliegt									
Beginn des Stillens bei der Geburt, ausschließliches Stillen für 6 Monate und Einführung von Beikost bei fortgesetztem Stillen (WHO-Empfehlungen)									
Physiologie des Stillens, wie man es nach der Geburt einleitet und festigt und wie man den häufigsten Schwierigkeiten vorbeugt									
Bedeutung und Durchführung der Ernährung als Reaktion auf die Signale des Kindes									
bequeme und sichere Stillpositionen, mit Blickkontakt zum Kind									
Bedeutung und Praxis der effektiven Anlege- und Saugzeichen mit angemessenem Milchtransfer									
Anzeichen für eine ausreichende Milchaufnahme (Gewichtszunahme, Stuhl und Urin)									
häufigste Stillrhythmen (mindestens 8-mal in 24 Stunden)									
Bedeutung und Durchführung des nächtlichen Stillens									
Bedeutung und Praxis des manuellen Pressens									
Verwendung und Handhabung der Milchpumpe (für Mütter, die sie benötigen)									



Provincia Autonoma di Trento



Aufbewahrung von Muttermilch									
Organisation des Stillens im Falle einer Trennung vom Kind									
Umgang mit dem Stillen/Füttern des Kindes außerhalb des Hauses									
Folgen der Verwendung von Saugern, Milchfläschchen, Schnullern und Stillhütchen während der Stillzeit									
Umgang mit den häufigsten Stillproblemen (Schmerzen, Verstopfung, Mastitis usw.)									
Umgang mit Arzneimitteln in der Stillzeit									
angemessene Einführung von Beikost bei fortgesetztem Stillen									

BEDARFSGERECHTE PFLEGE

Thema	DATUM			DATUM			DATUM		
	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein
intrapartale Betreuung für eine positive Geburtserfahrung (WHO-Empfehlungen, Mütterfreundliche Betreuung)									
Bedeutung des Haut-zu-Haut-Kontakts bei der Geburt und bei allen Gelegenheiten									
Bedeutung der Nähe des Kindes, Tag und Nacht, im Krankenhaus (Rooming-in) und zu Hause, und wie man auf seine Signale reagiert									
Bedeutung von Lesen und Musik, Berührung und Massage, angemessene Nutzung digitaler Technologien									



Provincia Autonoma di Trento



GESUNDHEIT UND SICHERHEIT

Thema	DATUM			DATUM			DATUM		
	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein
Lebensstil (Risiken von Rauchen, Alkohol und Drogenmissbrauch während der Schwangerschaft und Stillzeit) und gesundes Umfeld									
Impfungen für schwangere Frauen und Kinder									
Betreuung des Kindes (Umgang mit Weinen, Hygiene, Vorsorgeuntersuchungen, Prophylaxe...)									
Sicherheit des Kindes während des Schlafs, zu Hause und im Auto									
Anzeichen beim Kind und bei der Mutter, die auf die Notwendigkeit hinweisen, einen Arzt zu kontaktieren									

UNTERSTÜTZENDE NETZWERKE

Thema	DATUM			DATUM			DATUM		
	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein	ja	zum Teil	nein
Netzwerke zur Unterstützung von Eltern und Kindern in Gesundheitseinrichtungen und in der Gemeinschaft (Elterngruppen, Mütter unter sich, Vereine, Erziehungseinrichtungen usw.).									
Rückkehr der Mutter an den Arbeitsplatz									

* bezieht sich immer auf Jungen und Mädchen

Anmerkungen: _____



Provincia Autonoma di Trento

