

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Wickeln</b>	<b>1</b>
1.1	Stoff- oder Wegwerwindeln?	2
1.2	Ausscheidung	10
1.3	Die richtige Popflege	11
1.4	Blähungen	13
<b>2</b>	<b>An- und Ausziehen</b>	<b>17</b>
2.1	Handling beim Ausziehen	18
2.2	Handling beim Anziehen	20
2.3	Was ist zu warm und was zu kalt?	23
<b>3</b>	<b>Waschen und Baden</b>	<b>26</b>
3.1	Waschen eines Säuglings	27
3.2	Baden	29
3.3	Babyhaut ist besonders!	34
3.4	Pflegemittel	36
<b>4</b>	<b>Den Nabel pflegen, die Nägel schneiden und Haare waschen, Nase, Ohren und Augen sauber machen</b>	<b>37</b>
4.1	Nabelpflege	37
4.2	Nägel schneiden	39
4.3	Haare waschen	41
4.4	Nase, Ohren und Augen sauber machen	42
<b>5</b>	<b>Stillen</b>	<b>43</b>
5.1	Vorbereitung in der Schwangerschaft	43
5.2	Stillbeginn	44
5.3	Stillpositionen	44
5.4	Hungerzeichen	49
5.5	Ernährung der stillenden Mutter	49
5.6	Stillprobleme	49
5.7	Abpumpen und Aufbewahrung von Muttermilch	51
<b>6</b>	<b>Fläschchen, Sauger und Co</b>	<b>53</b>
6.1	Die richtige Wahl der Nahrung	54
6.2	Zubereitung und Hygiene	55
6.3	Füttern mit dem Fläschchen	55
6.4	Vitamin D und Fluor	57
6.5	Schnuller	58
<b>7</b>	<b>Schlafen</b>	<b>59</b>
7.1	Optimale Bedingungen durch die richtige Schlafumgebung	59
7.2	Plötzlicher Kindstod	60
7.3	Schlafen im Elternbett	60
<b>8</b>	<b>Unterwegs mit dem Baby</b>	<b>61</b>
<b>Anhang</b>		<b>68</b>
Adress- und Serviceteil		68
<b>Index</b>		<b>70</b>