

## BUCHTIPP

# Wie, du stillst nicht?

**E**ndlich ein praktischer Ratgeber, der das Stillen als einzigen Weg zur Babyseeligkeit infrage stellt und der tatsächlichen Lebenserfahrung vieler Mütter gerecht wird! Die Autorin mit eigener Still- und Nichtstillererfahrung ist Krankenschwester, Still- und Laktationsberaterin und Mutter dreier Kinder.

Im ersten Teil des Buches versucht sie den nicht stillenden Müttern das schlechte Gewissen zu nehmen: «Ein schlechtes Gewissen ist hier völlig unangebracht. Ein Kind liebevoll auf die Welt vorzubereiten, erfordert sehr viel mehr Zuwendung und Hingabe als die Fütterung mit Muttermilch», formuliert sie erfrischend klar und eindeutig ihr Anliegen. Keineswegs möchte sie ihr Buch aber so verstanden wissen, dass es positiv oder einerlei sei, ob man stillt oder nicht. Vielmehr gibt sie guten Rat und praktische Tipps, wie man die mit einem gelungenen Stillen verbundene emotionale Nähe und Geborgenheit anderweitig bieten kann, falls man sein

Kind gar nicht oder nur für kurze Zeit stillt. Zahlreiche Erfahrungsberichte von jungen Müttern illustrieren eindrücklich das heutige Spannungsfeld zwischen «Über- und Rabenmüttern», indem es Frauen nicht leicht gemacht wird, die individuell beste Art der Babyernährung zum Wohl von Mutter und Kind zu finden. Es geht in diesem Buch aber nicht nur um das Stillen, sondern auch um weitere Fragen rund um die ersten Lebensmonate. Dazu gehören praktische Tipps zur Fläschchennahrung und zur Beikost ebenso wie Antworten auf Fragen wie: Welche Milchen sind geeignet? Schnuller – ja oder nein? Wie trägt man sein Kind richtig? Was hilft sogenannten Schreikindern? – Ein insgesamt empfehlenswerter Ratgeber für (ab-)stillende wie nicht stillende Mütter. *RBO*

Wie, du stillst nicht? Von Regina Masaracchia. 144 Seiten, broschiert, mit Farbfotos; Kösel-Verlag München; Fr. 24.50; ISBN 978-3-466-34566-3;

