

Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch
Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband
Band: 103 (2005)
Heft: 5

Endseiten

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Hebamme
Sage-femme
Levatrice
Spandrera **ch**
Inseratenverwaltung
Régie d'annonce

Künzler-Bachmann Medien AG
Postfach 1162
9001 St. Gallen
Tel. 071/226 92 92
Fax: 071/226 92 93
E-Mail: info@kbmedien.ch
Internet: <http://www.kbmedien.ch>

Stellenangebote

Direktwahl: 071 226 92 70

Offres d'emploi

Offerte d'impiego

Inseratenschluss für Stellenanzeigen:
Monag, 9. Mai 2005
Dernier délai pour les offres d'emploi:
Lundi, 9 mai 2005

PR - WERBUNG

Getränke während der Stillzeit

In den ersten Tagen im Leben Ihres Babys ist die Muttermilch die optimale Ernährung. Stillende Mütter brauchen reichlich Flüssigkeit, etwa 3 Liter pro Tag. Am besten trinken Sie vor jeder Stillmahlzeit ein grosses Glas Wasser. Mehr Flüssigkeitszufuhr steigert die Milchproduktion nicht, sondern hemmt sie. Pfefferminztee sollte vermieden werden; er hemmt die Milchproduktion!

Mineralwasser und Kräutertees sind die besten Getränke. Wählen Sie ein möglichst kohlensäure-, kochsalz- und nitratarmes Mineralwasser aus. Spezielle Kräutertee mischungen gibt es als «Stilltee» in Apotheken, Drogerien und Reformhäusern. Der Stilltee Milactin unterstützt den Milchfluss und fördert die Verdauung. Der Stilltee Milactin von Milupa enthält wertvolle Kräuterextrakte (Anis, Brennesselblätter, Süßfenchel, Gartenkümmel und Melissenblätter); somit fördert er die Prolactinbildung, die wiederum die Milchsekretion beschleunigt und aufrechterhält. Ebenso wird die Gelbkörperhormonproduktion gesteigert und dadurch die Östrogenproduktion,

die der Laktation entgegenwirkt, gehemmt.

Koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, schwarzer Tee, Matetee und Cola wirken belebend - aber leider nicht nur auf die stillende Mutter (die das in Anbetracht ihres Schlafdefizits gut gebrauchen könnte), sondern auch auf das Kind. Auf Alkohol, vor allem hochprozentige Getränke, sollten Sie während der Stillzeit möglichst verzichten, wobei gegen ein gelegentliches kleines Glas (1dl) Bier, Wein oder Sekt - am besten nach dem Stillen - nichts einzuwenden ist. Bei Malzbier, welches die Milchbildung anregt und deshalb als klassisches Getränk für stillende Mütter gilt, bedenken Sie bitte, dass es sehr kalorienreich ist. Alkoholfreies Bier ist ebenfalls günstig.

Ganz wichtig ist allerdings, dass bei soviel Flüssigkeit die feste Nahrung nicht vergessen wird! Wird der Magen immer flüssig gefüllt, geht oft das Hungergefühl verloren. Qualitativ hochwertige Nahrung ist für die Milchbildung und Ihr eigenes Wohlbefinden ebenfalls sehr wichtig.

PR - WERBUNG

Lamprecht AG verschreibt sich ganz den Bedürfnissen von Mutter und Kind!



Schwangerschaft, Geburt und erste Zeit mit dem Kind sind eine sehr intensive Phase im Leben einer Frau. Gut, dass man sich dabei auf das Sortiment und das Know-how von Lamprecht AG verlassen kann. Mit den Beckenbodentrainern EPI-NO Delphine und Delphine Plus können sich Schwangere schonend auf die Geburt vorbereiten und so das Risiko von Geburtsverletzungen wie Dammriss oder Dammschnitt deutlich verringern. Nach der Geburt kann durch gezieltes Training mit EPI-NO Delphine Plus der

Lamprecht AG
Althardstrasse 246
8105 Regensdorf
043 388 73 73
www.lamprechtag.com
www.epi-no.com

Wiederaufbau der geschwächten und eventuell verletzten Beckenbodenmuskulatur effektiv verbessert werden.

Der jungen Familie bietet bibi® ein breites Sortiment, das von Stilleinlagen, Milchpumpe über Schoppenflaschen und Nuggis bis zu Badethermometern und Breischalen reicht. Hohe Funktionalität, einfache Pflege und liebevoll gestaltete Motive zeichnen die qualitativ hoch stehenden bibi®-Produkte aus. Alle bibi®-Produkte sind in jahrzehntelanger Erfahrung entwickelt und getestet worden, Nuggis und Schoppenflaschen stammen aus der eigenen Produktion in Regensdorf ZH. Lamprecht AG ist mit einem Stand am Hebammenkongress vom 19./20. Mai 2005 in Lugano vertreten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



spital interlaken

Das Spital Interlaken liegt im Berner Oberland zwischen dem Brienzer- und Thunersee. Die reizvolle Gegend bietet viele Freizeitangebote und Sportmöglichkeiten. Für unsere Geburtenabteilung suchen wir per sofort oder nach Vereinbarung eine

■ Dipl. Hebamme 80 - 100%

Auf unserer Geburtenabteilung betreuen wir pro Jahr ca. 400 Frauen ganzheitlich rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

Zur Erfüllung dieser Aufgabe erwarten wir:

- ein schweizerisches Hebamme-Diplom
- eine erfahrene und fachkompetente Persönlichkeit
- Teamorientiertes Handeln
- Mithilfe bei der Pflege gynäkologischer Patientinnen

Wir bieten Ihnen:

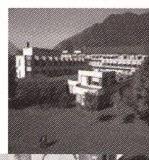
- ein kooperatives, engagiertes und aufgeschlossenes Team
- Anstellungsbedingungen nach GAV

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gerne der Pflegedienstleiter, K. Gritsch, Tel. 033 826 27 82 oder die leitende Hebamme, V. Glatthard, Tel. 033 826 25 88.

Ihre schriftlichen Bewerbung mit den üblichen Unterlagen senden Sie bitte an:

spitälär fmi ag, spital interlaken

personaldienst, weissenaustrasse 27, 3800 unterseen oder i.personaldienst@spitalfmi.ch





**Wir sind in Cadro,
Lugano am
Schweizerischen
Hebammenkongress
19/20.05.2005**

**Gerne erwarten wir
Sie am Chicco Stand**

**Nous sommes présent
à Cadro, Lugano au
Congrès Suisse des
Sages-Femmes
19/20.05.2005**

**Nous vous attendons
au stand Chicco**



**FÜNF WICHTIGE PRODUKTE SPEZIELL ENTWICKELT,
UM DAS STILLEN SORGLOS ZU ERMÖGLICHEN**

**CINQUE PRODUITS SPÉCIFIQUES, ÉTUDIÉ
POUR FACILITER L'ALLAITEMENT**



**Stilleinlagen /
Disques protège-seins Sensitive
Code 69803-30 Stk.**



**Milchpumpe / Tire-lait
Code 69243**



**Brusthütchen / Protège-mamelon
Code 64460.20**



**Brustwarzenformer /
Tire-mamelon
Code 00077.20**



**Milchauffangschalen /
Coquilles recueille-lait
Code 00073.20**

Spatone Iron+

Ihr täglicher Eisenbedarf aus der Natur.

Das eisenhaltige Quellwasser von Spatone Iron+ kommt aus dem Snowdonia National Park in Wales und wird aus der Trefriw Wells Quelle gewonnen.

Untersuchungen über die Absorption von Spatone Iron+ zeigen, dass Menschen mit zuwenig Eisen bis zu 40% eines auf leeren Magen getrunkenen Beutels mit 20 ml Spatone Iron+ absorbieren.

Dies bedeutet, dass ein Beutel Spatone Iron+ den Körper mit ungefähr 2 mg Eisen pro Tag versorgt. Dies ist ausreichend, um den durchschnittlichen Zusatzbedarf bei einer Schwangerschaft zu decken.

Quelle: Studie «Iron absorption from a natural mineral water (Spatone Iron+)», M. Worwood, 1996




 «wil's natürlich isch -
 Spatone Iron+»

**Dank Spatone Iron+ fit
 durch die Schwangerschaft.**



www.spatone.ch

mehrbild.ch

Senden Sie uns per Fax oder per Post diese Antwortkarte ausgefüllt zu und Sie erhalten gratis:

- **1 Kosmetiktasche mit**
 5 Spatone Iron+ Sachets
 + 1 Lippenbalsam
 + 1 Treuekarte für Spatone Iron+

Einsenden an:

Hänseler AG
 Industriestrasse 35
 CH-9101 Herisau
 Telefon +41 71 353 58 58
 Telefax +41 71 353 58 00
www.haenseler.ch
info@haenseler.ch



Absender:

Name: _____

Vorname: _____

PLZ/Ort: _____

Strasse: _____

HÄNSELER AG



nelsonbach

