

5/2010 | 1. Juni

Ernährung von Säuglingen

Neue DGE-Broschüre mit Empfehlungen für das erste Lebensjahr

(dge) Junge Eltern haben viele Fragen zur Ernährung ihres Babys. Dabei müssen sie sich gleichzeitig durch einen Dschungel an unterschiedlichen, teilweise widersprüchlichen Informationen und gut gemeinten Ratschlägen aus dem Freundes- oder Familienkreis kämpfen. Dass die Ernährung von Säuglingen einfacher ist, als viele denken, zeigt die aktuelle Broschüre der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. und des aid infodienst. In „Ernährung von Säuglingen“ finden Eltern die wichtigsten wissenschaftlich abgesicherten Fakten und Empfehlungen für das erste Lebensjahr.

Was braucht mein Kind in den ersten Monaten? Wann füttere ich den ersten Brei? Was ist besser: Fertigbrei oder selbst gekocht? Diese und viele weitere Fragen beantwortet der hilfreiche Begleiter verständlich und unabhängig. Probleme beim Stillen erläutert der Ratgeber ebenso wie die Ernährung der stillenden Mutter und die Alternativen an industriell hergestellter Säuglingsnahrung, wenn nicht gestillt wird. Die Umstellung auf die Beikost wird mit zahlreichen praktischen Tipps und Ratschlägen beschrieben und mit konkreten Breirezepten ergänzt. Den Übergang zur Familienkost am Ende des 1. Lebensjahres thematisiert das Heft mit entsprechenden Hinweisen. Wenn Eltern diese Tipps beherzigen, auf die Bedürfnisse ihres Kindes eingehen und auch gut für sich selbst sorgen, gelingt das Stillen oder Füttern bestimmt. Gleichzeitig macht der Ratgeber Mut, falls einmal etwas auf Anhieb nicht klappt. Auch hilfreiche Adressen mit kompetenten Ansprechpartnern in Sachen Ernährung und Stillberatung sowie seriösen Internetseiten fehlen nicht.

Die neue Broschüre „Ernährung bei Säuglingen“ kann unter der Artikel-Nr. 400433 ab sofort für 2,50 EUR zzgl. 3,00 EUR Versandkosten bestellt werden beim DGE-MedienService, Tel.: 0228 909-2626, Fax: 0228 909-2610, www.dge-medien-service.de.

1 924 Zeichen (ohne Leerzeichen)

Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Silke Restemeyer
Tel.: 0228 3776-643 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: restemeyer@dge.de
DGE-Presseinfos im Internet: www.dge.de



Eine druckfähige Abbildung erhalten Sie unter:

<http://www.dge.de/rd/ernsaeuglinge/>

Herausgeber:

Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e.V. (DGE)

Godesberger Allee 18
53175 Bonn

Tel.: 0228 3776-600
Fax: 0228 3776-800

E-Mail: webmaster@dge.de
Internet: www.dge.de

Nachdruck honorarfrei,
Quellenangabe (DGE)
erwünscht.
Belegexemplar erbeten.