

**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. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.03.2025

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



Hebamme  
Sage-femme  
Levatrice  
Spendrera

Inseratenverwaltung  
Régie d'annonce

**Künzler-Bachmann Medien AG**

Postfach 1162  
9001 St. Gallen  
Tel. 071/226 9292  
Fax: 071/226 9293  
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 kohlenäure-, kochsalz- und nitratarmes Mineralwasser aus. Spezielle Kräuterteemischungen 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, Süsfenchel, Gartenkümmel und Melissenblätter); somit fördert er die Prolactinbildung, die wiederum die Milchsekretion beschleunigt und aufrechterhält. Ebenso wird die Gelbkörperhormonproduktion gesteigert und dadurch die Östrogenproduk-

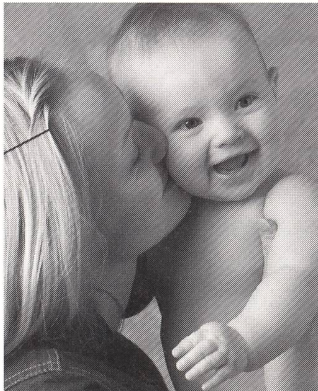
tion, die der Laktation entgegenwirkt, gehemmt.

Koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, schwarzer Tee, Matete 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 schreibt sich ganz den Bedürfnissen von Mutter und Kind!



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 hochstehenden 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!

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!

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



### spital interlaken

Das Spital Interlaken liegt im Berner Oberland zwischen dem Briener- 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 Hebammendiplom
- eine erfahrene und fachkompetente Persönlichkeit
- Teamorientiertes Handeln
- Mithilfe bei der Pflege gynäkologischer Patientinnen

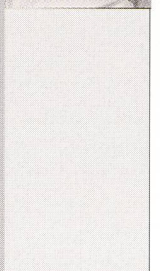
Wir bieten Ihnen:

- 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:

**spitäler 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**



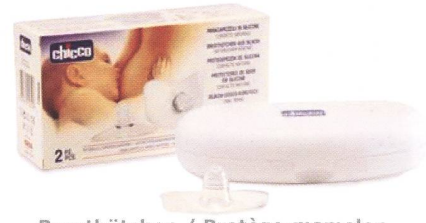
**FÜNF WICHTIGE PRODUKTE SPEZIELL ENTWICKELT,  
UM DAS STILLEN SORGLOS ZU ERMÖGLICHEN  
CINQUE PRODUITS SPÉCIFIQUES, ÉTUDIÉ  
POUR FACILITER L'ALLAITEMENT**



**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



*L. Schmidt*  
«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



HÄNSELER AG



nelsonbach



**Absender:**

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

