



# Leseprobe

Regine Gresens

## **Intuitives Stillen**

Einfach und entspannt –  
Dem eigenen Gefühl  
vertrauen – Die Beziehung  
zum Baby stärken

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 16,00 €



---

Seiten: 160

Erscheinungstermin: 03. Oktober 2016

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

**Ihr Ratgeber um das Stillen zu meistern**  
**Der Stillratgeber: Mit Hilfestellung und Anregungen einer renommierten Hebamme**

Stillen ist das Beste fürs Kind – da sind sich alle Experten einig. Doch geraten dabei viele Frauen unter Druck. Denn nicht immer fühlt sich das Stillen an wie „die natürlichste Sache der Welt“. Jeder hat unterschiedliche Ratschläge dazu, die Milch fließt nicht wie erwartet, die Brustwarzen schmerzen ... und oft genug rät nach kurzer Zeit ein Arzt dazu, per Fläschchen zuzufüttern.

Die renommierte Hebamme Regine Gresens zeigt, wie es anders geht: Wenn Mamas vor allem auf ihre Intuition und ihr Baby achten, kann Stillen ganz einfach sein. Neben einer Stillhaltung, die *mit* der Schwerkraft arbeitet statt dagegen, setzt das „Intuitive Stillen“ auf die angeborenen Reflexe des Babys und das naturgegebene „richtige Gefühl“ der Mutter. Auf diese Art lassen sich hausgemachte Stillprobleme fast immer vermeiden.

- Dieses Buch beantwortet die **wichtigsten Fragen zum Stillen** und enthält wertvolle **Tipps und Tricks**.
- Immer wieder nachschlagen: Bei **Fragen und Problemen** führt das Inhaltsverzeichnis direkt zu gesuchten **grundlegenden Informationen** sowie **praktische Beispiele**, die Eltern gut nachvollziehen können
- Eignet sich als Lektüre, um sich **während der Schwangerschaft** auf das Stillen vorzubereiten und auch nach der Schwangerschaft um sich zu vergewissern

**Stillen kann ganz natürlich, einfach und angenehm sein – dieses Buch zeigt es Ihnen!**

Regine Gresens

**Intuitives Stillen**

