

Presseinformation

November 2020

5 Fragen, 5 Antworten – Philips Hebammentalk zum Thema Beikost

Zürich – Im dritten Hebammentalk möchten wir uns mit dem Thema Beikost beschäftigen. Nahrhaftes Essen ist die Grundlage für eine altersgerechte Entwicklung. Reicht Muttermilch in den ersten Monaten völlig aus, steht spätestens mit dem sechsten Monat die Einführung der Beikost an. Doch woran können Eltern erkennen, dass ihr Baby für seinen ersten Brei bereit ist? Diese und andere Fragen unserer [Philips Avent Instagram Community](#) beantwortet unsere Hebamme Heidrun Straehler. Freuen Sie sich auch in Zukunft auf informative Antworten zu weiteren Baby- und Schwangerschaftsthemen durch unsere Hebamme Heidrun.

1. Wann kann ich mit der Beikost anfangen?

Heidrun: „Heute gibt es nicht mehr DIE Empfehlung zu einem festen Zeitpunkt mit der [Beikost](#) zu beginnen. Allgemein gültig ist, nicht vor dem Alter von 16 Wochen anzufangen, jedoch spätestens, wenn das Kind sechs Monate alt ist. Wir orientieren uns heute an der Entwicklung des Kindes: Kann es mit Hilfe aufrecht sitzen? Macht das Kind Kaubewegungen und greift nach dem Essen?“

2. Welche Zutaten eignen sich für einen ersten Brei?

Heidrun: „Empfehlenswert ist, mit Gemüse wie Pastinaken, Kürbis oder Süsskartoffeln zu beginnen, da sie einen etwas süsseren Geschmack haben. Im nächsten Schritt kommen dann Kartoffeln hinzu.“

3. Sollte ich die erste Beikostmahlzeit mittags oder abends zufüttern?

Heidrun: „Es ist ratsam, das erste Mal mittags mit der Beikost zu beginnen. Wenn ein Kind etwas anderes als nur Milch zu essen bekommt, besteht oft die Gefahr von Verdauungsbeschwerden. Wird die erste Breimahlzeit auf den Mittag gelegt, stören eventuelle Beschwerden nicht die Nachtruhe.“

4. Ab wann dürfen Babys Wasser und Tee trinken?

Heidrun: „Solange ein Baby nur Muttermilch oder Pre Nahrung bekommt, benötigt das Baby kein zusätzliches Wasser oder Tee. Es kann sogar gefährlich werden, da die Nieren noch nicht vollständig sind. Selbst an heißen Tagen sollte ein Kind einfach häufiger gestillt oder die Pre Milch häufiger angeboten werden. Bekommt das Kind feste Nahrung kann zu dieser auch Wasser oder Tee gereicht werden.“



5. Wie funktioniert Baby led weaning (BLW)? Worauf muss ich achten?

Heidrun: „Hier geht es um vom Baby gesteuerte Beikosteinführung. Es wird kein Brei zugefüttert, sondern das Kind isst nur das, was es selbst zum Mund führen kann. Anfangs ist es ein spielerisches Entdecken der Nahrung. Wie schmeckt das Essen, welche Konsistenz hat es? Da das Baby anfänglich sehr wenig isst muss zeitgleich noch gestillt oder die Flasche gegeben werden. Geeignet für den Anfang sind weiches Obst und gegarte Gemüsesticks.“

Weitere Informationen für Medien:

Philips GmbH Market DACH

Svenja Eggert

E-Mail: svenja.eggert@philips.com

Über Royal Philips

Royal Philips (NYSE: PHG, AEX: PHIA) ist ein führender Anbieter im Bereich der Gesundheitstechnologie. Ziel des Unternehmens mit Hauptsitz in den Niederlanden ist es, die Gesundheit der Menschen zu verbessern und sie mit entsprechenden Produkten und Lösungen in allen Phasen des Health Continuum zu begleiten: während des gesunden Lebens, aber auch in der Prävention, Diagnostik, Therapie sowie der häuslichen Pflege. Die Entwicklungsgrundlagen dieser integrierten Lösungen sind fortschrittliche Technologien sowie ein tiefgreifendes Verständnis für die Bedürfnisse von medizinischem Fachpersonal und Konsumenten. Das Unternehmen ist führend in diagnostischer Bildgebung, bildgestützter Therapie, Patientenmonitoring und Gesundheits-IT sowie bei Gesundheitsprodukten für Verbraucher und in der häuslichen Pflege. Philips beschäftigt etwa 81.000 Mitarbeiter in mehr als 100 Ländern und erzielte in 2019 einen Umsatz von 19,5 Milliarden Euro. Mehr über Philips im Internet: www.philips.ch