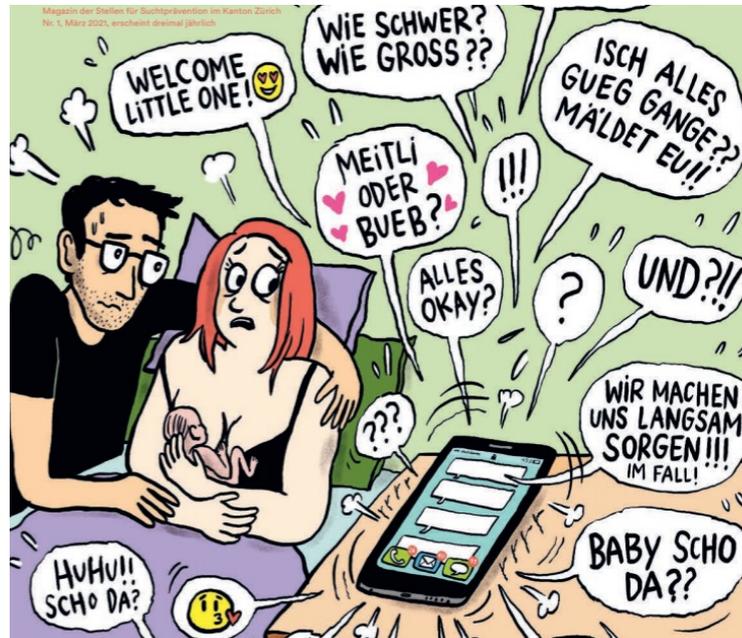


Zwischen Wehen & WhatsApp



Gabriela Hofer & Ronja Schmid, Suchtprävention Bezirke Affoltern / Dietikon,
Linda Hartmann, Hebamme
Forum P&G, 21.06.2021

Geburt

- Oxytocin = geburtsförderndes Hormon
- Hormone Oxytocin, Östrogene oder Prostaglandine leiten die Geburtswehen ein
- Endorphine und Enkephaline = schmerzstillende Substanzen
- Oxytocin ist zuständig für die Stressregulierung
→ senkt den Cortisolspiegel
- Präfrontaler Cortex ist zuständig für das «logische Denken»
- Vegetatives Nervensystem wird heruntergefahren
→ Aktivierung des Parasympathikus

Bindung

- Oxytocin regt die Produktion der Muttermilch an und steigert den Milchfluss
- Oxytocin verstärkt das Vertrauen in Mitmenschen, macht bindungsfähiger, baut Stress ab und wirkt angstlösend
- ersten Stunden nach Geburt werden als «Bonding» bezeichnet
- John Bowlbys Bindungstheorie (1958):
Jedes Individuum hat ein biologisch angelegtes Bedürfnis in bindungsrelevanten Situationen die Nähe und den Schutz einer vertrauten Person zu suchen

Bindung

- Bindungssystem nach John Bolby (1958):
- Säugling zeigt Bindungsverhaltensweisen wie z.B.:
Blickkontakt, Weinen, Lächeln und Verhaltensweisen imitieren
- Bezugsperson zeigt Fürsorgeverhaltensweisen wie z.B.:
Säugling aufnehmen, streicheln, wiegen, ihm vorsingen usw.
- Eine sichere Bindung entsteht, wenn die Bezugsperson die Signale des Kindes wahrnimmt, richtig interpretiert und angemessen und schnell darauf reagiert

Stillen

- Oxytocin regt nach der Geburt die Produktion der Muttermilch an und steigert den Milchfluss
- Oxytocin-Ausschüttung während des Stillens fördert die Rückbildung der Gebärmutter
- Saugreflex und der Rooting-Reflex sind wichtig für die Nahrungsaufnahme
- Greifreflex

Auswirkungen der Nutzung von digitalen Medien auf Säuglinge & Kleinkinder

BLIKK-Medien Studie von Büschig & Riedel (2017):

- Säuglinge im Alter von 2 bis 8 Monaten weisen beim Einschlafen in Verbindung mit dem Einsatz von Fernsehgeräuschen oder Musik, Einschlafstörungen auf.
- Säuglinge im Alter von 4 bis 14 Monaten zeigen Fütterungs- und Einschlafstörungen, wenn Mütter parallel zur Säuglings-Betreuung, wie beispielsweise dem Stillen, digitale Medien nutzen.