

# MUTTER-ELTERN-BERATUNG

## Niederösterreich



Informationen zur  
MUTTER-ELTERN-BERATUNG



## Liebe Eltern,

Als erstes darf ich Ihnen ganz herzlich zur Geburt Ihres Kindes gratulieren! Damit ist nicht nur für den neuen Erdenbürger der erste Schritt ins Leben getan, sondern die Geburt eines Kindes bedeutet für die ganze Familie den Anfang eines neuen Lebensabschnitts.

Das bringt es aber mit sich, dass auch immer wieder Fragen und Unsicherheiten auftauchen und Sie als frischgebackene Eltern eine ganze Reihe von Fragen haben. Schließlich trägt man die Verantwortung für das junge Leben und hegt den innigen Wunsch, von Anfang an alles richtig zu machen.

Für all diese Fragen sind die Mutter-Elternberatungsstellen in Niederösterreich für Sie und Ihre Familie da! In den mittlerweile 350 Beratungsstellen im ganzen Land finden Sie Rat und Hilfe. Sie können sich mit medizinischen Fragen, etwa zu Impfungen, genauso an die Mutter-Elternberatungsstellen wenden wie mit Fragen zur richtigen Ernährung oder zur Entwicklung Ihres Kindes.

Für Sie und Ihre Familie beginnt nun eine spannende, herausfordernde, aber vor allem sehr schöne und lohnende Zeit. Ich wünsche daher Ihnen und Ihrem Kind alles Gute für die Zukunft!

Herzlichst Ihre

Ulrike Königsberger-Ludwig  
Gesundheitslandesrätin

### IMPRESSUM

**Abteilung Gesundheitswesen beim Amt der NÖ Landesregierung, Landhausplatz 1, 3109 St. Pölten**

**Für den Inhalt verantwortlich:** Dr. Regina Klenk, **Grafik und Layout:** [www.kouba-grafikdesign.at](http://www.kouba-grafikdesign.at)

**Druck:** Amt der NÖ Landesregierung, Abt. Gebäudeverwaltung, Amtsdruckerei





Es ist eine große Verantwortung, sagt die Vorsicht.

Es ist eine enorme Belastung, sagt die Erfahrung.

Es ist das größte Glück, sagt die Liebe.

Es ist unser Kind, sagen wir.

**Einzigartig und kostbar.**



## LIEBE ELTERN,

### **Herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Babys!**

Ihr Baby wird Ihnen viel Freude bereiten, Ihnen aber auch einige Verantwortung abverlangen und Sie oft vor Fragen stellen, auf die Sie im ersten Moment vielleicht keine Antwort wissen.

Das Team der Mutter-Eltern-Beratung möchte Sie gerne unterstützen und Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen.





# Wer sind wir? – Unser Angebot

## WER SIND WIR?

Die Mutter-Eltern-Beratungsstellen in Niederösterreich sind seit 1925 ein bewährtes Modell zur Gesundheitsvorsorge für Kinder von der Geburt bis zur Schulzeit.

### Zu unserem Team gehören:

- Fachärzte/Innen für Kinder-und Jugendheilkunde
- Allgemeinmediziner
- Diplomierte Kinderkrankenschwestern



## UNSER ANGEBOT

In 333 NÖ Gemeinden bieten Experten **kostenlos** 1-2x pro Monat ihre Hilfe an. Die jeweiligen Öffnungszeiten sind am Gemeindeamt ausgehängt.

### Wir beraten Sie zu:

- Entwicklung und Förderung Ihres Kindes
- Erheben eines allgemeinen Status mit der motorischen Entwicklungen des Säuglings und Kleinkindes samt ihren Abweichungen
- Tipps zur Frühförderung der motorischen Fähigkeiten
- Verlaufsbeobachtung der sprachlichen Entwicklung
- Beobachtung des psychosozialen Status (Eltern, Bezugspersonen)





## FRAGEN DER MEDIZINISCHEN VORSORGE, Z.B. IMPFUNGEN

Unsere Kinder sind das wertvollste Gut dieser Erde, sagt ein indisches Sprichwort.

Sorgen Sie für einen ausreichenden und rechtzeitigen Impfschutz Ihres Kindes.

Der aktuelle Impfplan ist unter <http://www.bmg.gv.at> abrufbar.

Informationen rund ums Impfen sind in der Broschüre „**Impf-Info-Heft**“ des Landes NÖ erhältlich.

Diese können Sie an den Bezirksverwaltungsbehörden, Gemeinden oder Mutter-Eltern-Beratungsstellen beziehen.





# Altersgemäße Ernährung

## STILLEN

Stillen ist die natürliche Ernährungsform für gesunde Säuglinge.

Muttermilch ist leicht verdaulich, immer verfügbar, richtig temperiert und keimarm. Die Abwehrstoffe der Muttermilch schützen Ihr Baby vor Infektionskrankheiten. Außerdem entsteht ein enger körper-

licher Kontakt zwischen Mutter und Kind.

Eigene Stillberatungstermine werden über die Gemeinde ausgehängt.

Speziell ausgebildete Säuglings-schwestern beraten Sie gerne bei Problemen und Trinkschwierigkeiten Ihres Babys.





## FLASCHENNAHRUNG

**B**abys, die nicht oder nicht voll gestillt werden, können mit industriell hergestellter Säuglingsnahrung sicher ernährt werden.

Im den ersten Lebensmonaten sollen ausschließlich „Pre-oder 1er Nahrungen“ verwendet werden.

Flaschennahrung muss für jede Mahlzeit frisch zubereitet werden und in den ersten sechs Monaten muss das Wasser abgekocht werden.

Bei hohem Nitratgehalt (über 50 mg pro Liter, va. bei Hausbrunnen) und bei hohem Bleigehalt bei



Wasserleitungen aus Blei (in manchen Altbauten) sollte für die Säuglingsnahrung geeignetes, abgepacktes Wasser verwendet werden.

## BEIKOST

**D**ie Broschüre **„Richtig essen von Anfang an! Babys erstes Löffelchen“** leistet Ihnen Hilfestellungen in allen wichtigen Fragen rund um die Beikost.

Erhältlich in Ihren Mutter-Eltern-Beratungsstellen.

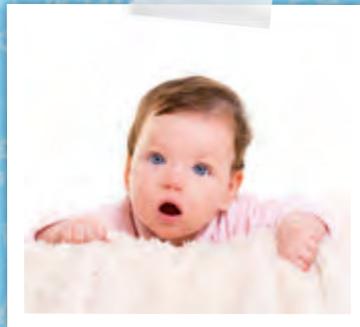




## ENTWICKLUNG DES KINDES



Neugeborenes



Sitzen mit Unterstützung



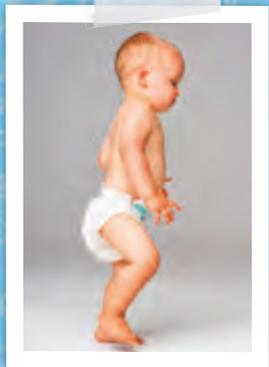
Jedes Kind ist ein eigenes Individuum – die Übersicht stellt eine reine Orientierungshilfe dar.



Selbständiges sitzen



Krabbeln



Erste Schritte

Das Mutter-Eltern-Beratungsteam berätet Sie gerne zu Fragen der Entwicklung Ihres Kindes.

Wir beraten Sie gerne über die verschiedenen Entwicklungsphasen, je nach Alter über die Fähigkeiten der Nahrungsaufnahme, über Hunger- und Sättigungssignale und welche Nahrungsmittel für das jeweilige Lebensalter geeignet sind.



# WAS KÖNNEN SIE VON DER MUTTER-ELTERN-BERATUNG NOCH ERWARTEN?



- Feststellung der Größe und Gewichtes Ihres Kindes und Überprüfung anhand von der Entwicklungstabelle (Perzentile)
- Jegliche Fragen zur Pflege Ihres Kindes können Sie an qualifizierte MitarbeiterInnen stellen
- Tipps rund ums Thema „Schlafen“
- Stillberatung
- Kennenlernen anderer Mütter mit Ihren Kindern, Austausch über Themen in den ersten Lebensmonaten
- Untersuchung des Kindes durch einen Kinderarzt in ruhiger Atmosphäre und Beratung Ihrer medizinischen Fragen
- und viele andere Fragen, die Sie beschäftigen ...





## PROJEKTE

### Apollonia 2020

Im Jahr 2008 wurde das Angebot der Mutter-Eltern-Beratungsstellen um ein wichtiges Beratungsangebot erweitert. In gut frequentierten Mutter-Eltern-Beratungsstellen informiert 1-2 mal im Jahr eine Zahngesundheitserzieherin vom Projekt Apollonia 2020 über die optimale Zahnpflege bei Säuglingen.

### Stillberatung

Erfolgt durch speziell ausgebildete Stillberaterinnen

### Stillzentren

### Entspannung pur

Entspannungsübungen, Babymassagen für Eltern und Kind  
(Pilotprojekt Steinakirchen/F)



### Vernetzung

mit Behörden und unterstützenden Vereinen und Institutionen

## DANKE

Unser Dank gilt allen NÖ Gemeinden für die gute Zusammenarbeit!

# MUTTER-ELTERN-BERATUNG

## Niederösterreich

