

## Hautkontakt

- entspannt Sie und Ihr Baby
- festigt die Eltern-Kind-Bindung
- reguliert die Atmung und Körpertemperatur Ihres Babys
- unterstützt das Stillen
- senkt das Risiko für den plötzlichen Kindstod
- führt dazu, dass Sie einen erholsameren Schlaf haben
- stabilisiert den Blutzucker Ihres Babys
- stärkt Ihr Feingefühl für Ihr Kind
- lässt das Bilirubin absinken
- ermöglicht eine hohe Ausschüttung des Bindungshormons Oxytocin

## Literaturhinweise

Artgerecht – Nicola Schmidt  
Kinder verstehen – Herbert Renz-Polster  
Wild Child – Eliane Retz und Christiane Stella  
Bongertz  
SAFE – Prof. Karl Heinz Brisch



### Cellitinnen-Severinsklösterchen Krankenhaus der Augustinerinnen

Frauenklinik - Geburtshilfe  
Jakobstraße 27–31  
50678 Köln  
[www.severinskloesterchen.de](http://www.severinskloesterchen.de)



## Haut auf Haut

Bindungskonzept im Krankenhaus  
der Augustinerinnen:

sicher – geborgen – entspannt

## Sicherer Hautkontakt mit Ihrem Baby

Auf den drei Bildern sehen Sie bequeme Möglichkeiten, um ein liebevolles Zusammensein im Hautkontakt sicher zu gestalten.



### Bitte achten Sie darauf, dass:

- Ihr Kopfteil in Rückenlage etwas erhöht ist
- der Kopf Ihres Kindes auf Ihrem Dekolleté liegt und zur Seite schaut
- Ihr Oberkörper nackt ist
- Ihr Baby nackt ist
- Sie Ihr Bondingtop anziehen (sofern vorhanden)
- Ihr Baby angemessen zugedeckt ist

### Drei goldene Regeln:

1. Gönnen Sie sich und Ihrem Baby so viel Hautkontakt wie möglich.
2. Stillen oder füttern Sie nach Bedarf Ihres Kindes.
3. Reagieren Sie prompt, angemessen und zuverlässig auf die Signale Ihres Kindes.

### Ihr Baby ist an Ihrem Körper grundsätzlich am besten aufgehoben, es sei denn:

- Sie rauchen
- Sie haben Alkohol getrunken
- Sie nehmen Drogen oder Medikamente, die Ihre Sinne benebeln
- der Schlafplatz ist unsicher



### Ein Schlafplatz ist unsicher, wenn:

- Ihr Baby aus dem Bett fallen oder in Spalten rutschen kann
- die Matratze sehr weich ist
- schweres Daunebettzeug verwendet wird
- überflüssige Gegenstände oder Tiere im Bett liegen
- das Bett in einem überhitzten Raum steht
- Ihr Baby nicht frei atmen kann