



# Liebe Leserin,

die Schwangerschaft, die bevorstehende Geburt und die bedeutenden Veränderungen, die sich durch das Baby in Ihrem Leben ergeben werden, haben sicherlich auch bei Ihnen eine Mischung aus freudiger Erwartung, einer kleinen Portion Skepsis bis hin zu leichten Ängsten ausgelöst. Ihre Gedanken sind hoffnungsvoll in die nahe Zukunft gerichtet und beschäftigen sich nun auch mit dem Thema »Stillen«.

Früher war in den eigenen Großfamilien viel Stillwissen vorhanden, mit dem Wöchnerinnen und junge Mütter unterstützt wurden. Durch einschneidende gesellschaftliche Änderungen in den vergangenen Jahrzehnten hat sich dies gravierend geändert. Heute kann nur noch sehr selten auf derartig »überliefertes« Stillwissen zurückgegriffen werden. Stillinteressierte Frauen erhalten die gewünschten Informationen von Ärzten, Hebammen, Krankenschwestern sowie von ausgebildeten Still- und Laktationsberaterinnen oder aus entsprechender Literatur. Dieses Buch kann Ihnen bereits während der Schwangerschaft bedeutsames Stillwissen vermitteln und Sie während Ihrer gesamten Stillzeit mit vielen praktischen Tipps unterstützen. Die Informationen werden durch wertvolle Berichte stillerfahrener Mütter ergänzt und bereichert.

Viele bisherige Leserinnen des Ratgebers berichteten, dass sie unter anderem durch die in diesem Buch eingefügten Beiträge anderer Stillmütter große Zuversicht gewonnen hatten. Dadurch wurden manche von ihnen vor übereiltem Abstillen bewahrt und konnten somit ebenfalls noch eine wundervolle Stillzeit genießen.

Ich wünsche Ihnen sehr, dass Sie Ihre Stillzeit als erfüllten und bereichernden Lebensabschnitt erfahren, auf den Sie später immer wieder gerne und mit großer Freude zurückblicken können.

Im Juni 2017  
Dora Schweitzer