



Ihr Reichtum!

Mütter, die sich ungesund ernähren haben meistens zu wenig Milch und greifen dann zu ungesundem Milchersatz (Milchpulver) und zu Kuhmilch. So wird das Immunsystem des Babys nicht aufgebaut und es ist immer kränklich. Eine gesündere Ernährung der Mutter kann schnell zu mehr Milchproduktion führen.

Doch auch das Gegenteil gibt es zum Glück. 'Mutter Natur' beschenkt die stillende Frau mit zu viel Milch. Oh Schreck, die modernen Frauen rennen dann zum Arzt, der ihnen nicht weiterhelfen kann.

Was können Sie selber tun? Es ist sinnvoll, wenn Sie die Brust mit den Fingern nach dem Stillen ausstreichen. Dies löst einen Milchstau auf, der sich zu einer gefährlichen Brustentzündung (Mastitis) entwickeln könnte. Es ist daher immer sinnvoll, sich bereits im Vorhinein mit der Technik zu befassen, wie man die Brust

mit den Händen oder mit einer Milchpumpe entleeren kann.

Ist es sinnvoll die abgepumpte Restmilch aufzubewahren und später Ihrem Baby zu geben? Es ist immer noch besser als Milchpulver oder Kuhmilch. Doch sobald Luft an die Milch kommt, verliert sie die Lebenskraft, deshalb trinken alle wild lebenden Säugetiere direkt von der Brust ihrer Mutter. So sollte es auch bei uns Menschen sein.

So kann Ihr Baby sein Immunsystem aufbauen und stärken. **Das Wichtigste im Leben eines Menschen!** So wachsen gesunde Kinder und Menschen heran. Nur so.

Sollte Ihre Brust trotzdem einmal entzünden und Sie suchen Ihren Arzt auf, bekommen Sie Medikamente, die ungesund für Sie als Mutter aber auch für Ihr Baby sind. Zudem fördern viele Medikamente die Entzündung noch mehr und Sie müssen abstillen.

Die Lösung: Vermehrt Milch abpumpen, sofort auf absolut gesunde Ernährung umstellen und die Entzündung kann innert drei Tagen zurückgehen.

Sollte die Entzündung durch Bakterien verursacht werden, das zum Glück selten der Fall ist, greifen Sie zuerst zu einem Natur-Antibiotika, zum Beispiel Oreganoöl verdünnt einnehmen. Wir beraten Sie gern. Fragen Sie jedoch auch Ihren Arzt.