



IMMER MEHR JUNGE MÜTTER GEBEN DIE BRUST

Stillen – Nahrung für Leib und Seele



↑ Stillen beinhaltet innige Momente für Mutter und Kind. Es unterstreicht die besondere Beziehung und beide profitieren davon.

Anlässlich der internationalen Woche des Stillens sprach sich das Mutter-Kind-Krankenhaus Hospital José Molina Orosa auf Lanzarote eindeutig für das Stillen des Kindes an der Mutterbrust aus. Die Hebammen, Ärzte und Krankenschwestern dort befürworten das Stillen, aber sie gehen auch auf die Mütter, ihre Ängste und Bedenken ein.

Eigens deshalb wurde ein kleiner Ratgeber entwickelt, der Mythen aufklärt und häufige Fragen beantwortet. Im ersten Halbjahr haben 64 Prozent der Mütter, die in diesem Krankheitsstadium betreut wurden, ihre Säuglinge gestillt. Bis zum Ende

des Jahres wollen die Experten der Geburtshilfe die Quote des letzten Jahres von 74 Prozent noch übertreffen. Bei den Erstmüttern waren es jetzt schon viel mehr. „95 Prozent der Mütter, die ihr erstes Kind bei uns zur Welt gebracht haben, verlassen das Krankenhaus und stillen ihre Kinder. Was sie danach tun, liegt freilich nicht mehr in unserer Hand“, erklärte die Oberschwester Natalia Monzón. „Das Stillen ermöglicht einen engen Hautkontakt. Ganz besonders für Mütter, die einen Kaiserschnitt hatten, ist das sehr wichtig“, berichtet sie weiter. Darüber hinaus gibt es zahlreiche Vorteile für Mutter und Kind,

die für das Stillen sprechen. Wer stillt, hat jederzeit das Essen des Kindes griffbereit. Völlig stressfrei. Es ist immer fertig, perfekt temperiert und kann überall gefüttert werden. Außerdem ist es kostenlos. Eine junge Familie kann allein durch das Stillen in den ersten sechs Lebensmonaten rund 900 Euro sparen. Die Zusammensetzung der Muttermilch ist ideal auf die Bedürfnisse des Kindes abgestimmt und sie verändert sich je nach Alter und Wachstum des Neugeborenen ganz automatisch. Muttermilch ist reich an Vitaminen, Abwehr- und Immunstoffen sowie bakterienfrei. Gestillte Babys leiden



↑ Und wenn es nicht gleich klappt, helfen die Krankenschwestern und Hebammen des Hospitals José Molina Orosa auf Lanzarote gerne.

seltener an Entzündungen in den Ohren oder der Lunge und es gibt seltener Infektionen im Magen-/Darmtrakt oder der Atemwege. Asthma, Allergien, Übergewicht, Hauterkrankungen, Diabetes, Herz-/Kreislaufprobleme oder der gefürchtete plötzliche Kindstod kommen bei Stillkindern seltener vor. Studien zeigten sogar, dass diese Babys einen höheren IQ entwickeln, früher krabbeln und sprechen. Ganz abgesehen davon schenkt das Stillen intime Momente. Es fördert eine innige Mutter-Kind-Beziehung. Aber auch für die Mütter bietet das Stillen durchaus Vorteile: Wer voll stillt, nimmt nach der Geburt schneller ab, denn es werden täglich rund 600 Kalorien zusätzlich verbraucht. Das Stillen bewirkt die Bildung des Hormons Oxytocin, das die Rückbildung der Gebärmutter beschleunigt und zugleich Glücksgefühle produziert. Das Risiko an Brust- oder Gebärmutterkrebs zu erkranken, reduziert sich bei Frauen, die gestillt haben.

Auf den Kanaren finden junge Mütter, die stillen möchten, Rat und Unterstützung in geleiteten Stillgruppen. Eine Übersicht des Angebots finden junge Mütter auf der Webseite www.canarialactanciamaterna.org.

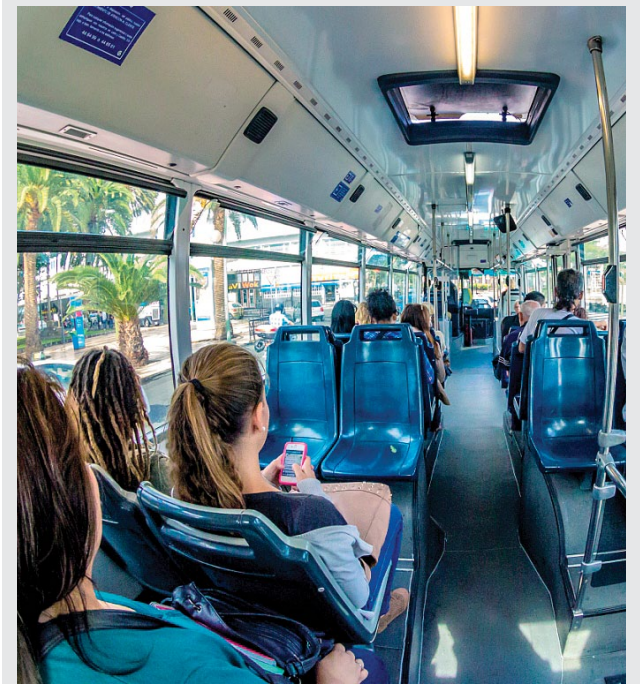
GRAN CANARIA

ZUFRIEDENE BUSPASSAGIERE

Typisches Profil: Frau um die 40

Die Auswertung einer Befragung von 2.352 Busfahrgästen über 14 Jahren auf verschiedenen Linien in der Hauptstadt Las Palmas ergab eine gute Zufriedenheit der Kunden. Sie geben dem öffentlichen Nahverkehr 7,76 von zehn Punkten.

Besonders schätzen die Fahrgäste die Freundlichkeit der Busfahrer. Danach folgen die gute Erreichbarkeit und Nähe der Haltestellen und die Informationen, die über Apps beim Kunden ankommen. Der typische Fahrgast ist weiblich, circa 40 Jahre alt, hat eine Ausbildung und ist angestellt. Diese Zielgruppe nutzt den öffentlichen Nahverkehr nahezu täglich. Der Studie zufolge sind 62,3 Prozent der Passagiere Frauen und nur 37,7 Prozent Männer. Etwa Dreiviertel besitzen kein eigenes Auto. Der Rest schon, nutzt es aber nicht im Alltag. Etwa 40 Prozent der busfahrenden Hauptstadtbewohner arbeiten als Angestellte. Weitere 14,4 Prozent sind arbeitslos und 41,6 Prozent sind Studenten, Rentner und Hausfrauen. Gerade die zunehmende Zahl der Fahrgäste im Ruhestand hat das Durchschnittsalter der Passagiere im letzten Jahr von 37 auf 40 Jahre erhöht. ■



↑ Studenten, Rentner und Hausfrauen stellen den größten Anteil der Fahrgäste.

Ist Ihnen die Gesundheit der Familie wichtig und möchten Sie zur gleichen Zeit Ihr Vermögen schützen? Zu den günstigsten Preisen?

In unserer Organisation müssen wir nicht kontinuierlich die Beitragssätze erhöhen, wie das andere Versicherungen jährlich tun müssen. Mit unserem Unternehmen sind Sie 90 Tage lang auf internationaler Ebene kranken- und dentalversichert. In unserer aktuellen Kampagne sogar bis zu vier Monate lang. Wir sind sehr stolz auf den individuellen Service, mit dem wir unsere Kunden betreuen. Gerade deshalb werden wir von ihnen gerne weiterempfohlen. Finden Sie selbst heraus, warum wir die führende Kranken-, Dental-, Bestattungs- und Allgemeinversicherung sind – seit 33 Jahren... Ich garantiere und freue mich auf ein persönliches Beratungsgespräch mit Ihnen.

Ihr Ansprechpartner John: Mobil 610 071 129 oder per E-mail johnjager3@hotmail.com

Adeslas

Lutz Raabe inr
Deutscher Kfz-Meisterbetrieb
Mit 30-jähriger Berufserfahrung

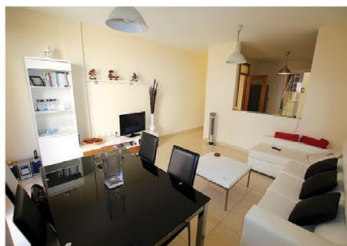
**ZUVERLÄSSIG
QUALIFIZIERT
PREISWERT**

Tel: 922 391 907
Mobile: 629 517 404

www.raabe.es

San Isidro-Atogo

Reihenhaus im Residencial El Galeón Triplex



365.000 €

Calle Ramona Martín Artista | C.C. Mencey | local 27 | El Camisón | Los Cristianos
www.serviciosinmobiliariosrodriguez.es | info@serviciosinmobiliariosrodriguez.es

RODRIGUEZ
REAL ESTATE

+34 822 144 541

Das Haus verfügt über 4 Schlafzimmer, 2 Bäder, Küche, Wohnzimmer, 3 Terrassen, eine davon mit Meerblick. 74 Quadratmeter Wohnfläche, 200 Quadratmeter Gesamtfläche. Möbliert, lichtdurchflutet, keine Nebenkosten. Vorinstallation für Solar-Warmwasseraufbereitung, Klimaanlage und Jacuzzi auf der Terrasse. Komplett renoviert.