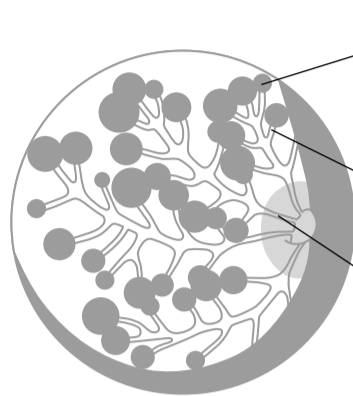


# Was macht Muttermilch so einzigartig?

## Erstaunlich! Die Brust ist ein Organ!

Die Brust kann auch als Brustdrüse bezeichnet werden und diese produziert Milch. Innerhalb jeder Brustdrüse sind verschiedene Teile für die Produktion und den Transport von Muttermilch verantwortlich.



- 1 Alveolen  
Hier wird die Muttermilch gebildet und gespeichert. Alveolen sind Bündel kleiner, traubenähnlicher Bläschen in Ihrer Brust. Diese sind von winzigen Muskeln umgeben, die die Alveolen zusammendrücken und so die Milch in die kleinen Milchgänge befördern. Die Alveolen entwickeln sich während Ihrer Schwangerschaft.<sup>1</sup>
- 2 Kleine Milchgänge  
Dieses verzweigte Netzwerk von Kanälen befördert die Milch von den Alveolen zu den Hauptmilchgängen.<sup>1</sup>
- 3 Hauptmilchgänge  
Diese Kanäle befördern die Milch direkt zu Ihrem Baby. Durchschnittlich neun dieser Hauptmilchgänge münden in Ihrer Brustwarze.<sup>1</sup>

## Muttermilch ist lebendig!

Muttermilch ist eine lebende Substanz, die sich den Bedürfnissen und der Entwicklung Ihres Kindes anpasst.



## Die Kraft des Kolostrums

Das wertvolle Kolostrum und die Milch, die Sie während der ersten Wochen bilden, unterscheidet sich von der reifen Muttermilch. Das Kolostrum wird zwar nur in kleinen Mengen gebildet, dafür ist es aber besonders reichhaltig an Nährstoffen und enthält doppelt so viele Proteine wie die reife Muttermilch!<sup>2</sup> Diese Proteine schützen Ihr Baby von Beginn an vor Krankheiten.<sup>3</sup>

## Beeindruckend! Die Zellen können sich verändern!

Muttermilch enthält lebende Zellen, wie zum Beispiel Stammzellen. Diese Stammzellen können sich in andere Arten von Körperzellen, wie Knochen-, Fett-, Leber- und Gehirnzellen, verwandeln und die Rolle eines „internen Reparatursystems“<sup>4</sup> übernehmen. Ist das nicht erstaunlich?

## Für Ihre Muttermilch gilt: „Du bist, was du isst“

Muttermilch besitzt ein Geschmacksprofil: Was Sie während der Schwangerschaft oder Stillzeit essen, beeinflusst den Geschmack des Fruchtwassers und der Milch und kann spätere Ernährungsvorlieben Ihres Babys prägen.<sup>5</sup>



Schwangerschaft



Stillen



Nach der Stillzeit

## Muttermilch ist die natürlichste Abwehr

Wenn ein Baby geboren wird, erhält es mit der Muttermilch seine erste Immunisierung zur Unterstützung der Krankheitsabwehr.



## Tausende Inhaltsstoffe

Für Muttermilch gibt es keinen Ersatz. In ihr stecken Tausende verschiedener Inhaltsstoffe, wie Proteine, Fette, Laktose, Vitamine, Eisen, Mineralien, Wasser und Enzyme. Die meisten dieser Inhaltsstoffe können künstlich nicht annähernd nachgebildet werden.<sup>3</sup>

## Über 130 Präbiotika

Muttermilch enthält Präbiotika, mehr als 130 Mehrfachzucker (Oligosaccharide), die dabei helfen, den Darm vor unterschiedlichen Mikroben zu schützen. Kein anderes Säugetier verfügt über so viele spezielle Zuckeranteile, außer vielleicht der Elefant!<sup>6</sup>

## Genau das Fett, das Ihr Baby braucht

Menschliche Muttermilch ist speziell auf Menschenbabys abgestimmt. Ihre Milch enthält etwa 4 % Fett, während Milch von Robben und Walen bis zu 50 % Fett enthält! Die Fette in Ihrer Milch sind für das Wachstum und die Entwicklung wichtig und wirken zudem antibakteriell.<sup>3</sup>

## Über 415 Proteine

Viele der in der Muttermilch enthaltenen Proteine erfüllen eine bestimmte Funktion! Einige dieser Proteine helfen Bakterien zu bekämpfen und andere Krankheitserreger zu identifizieren. Diese Immunproteine sind ein Schutz vor Mikroben.<sup>2, 3</sup>

## Muttermilch unterstützt die Entwicklung des Gehirns

Das Gehirn ist das fettreichste Organ im Körper! Das Gehirn verdoppelt sich in den ersten 6 Monaten fast und mit 2 Jahren hat es bereits in etwa 80% seiner vollen Größe erreicht. Muttermilch enthält wichtige Bestandteile für eine optimale Entwicklung des Gehirns.<sup>7</sup>



Gehirn bei der Geburt  
0,38 kg



Gehirn mit 6 Monaten  
0,64 kg



Gehirn mit 1 Jahr  
0,97 kg



Gehirn eines Erwachsenen  
1,45 kg

## Muttermilch: Die einzigartige Mahlzeit



Ihr Körper produziert die richtigen Nährstoffe im richtigen Umfang und die richtige Menge an Milch, um den Bedarf Ihres Babys jederzeit zu stillen. Toll! Je mehr Milch Ihr Baby erhält, desto besser.

### Literaturhinweise

- 1 Hassiotou, F. & Geddes, D. Anatomy of the human mammary gland: Current status of knowledge. Clin Anat 26, 29-48 (2013).
- 2 Molinari, C.E. et al. Proteome mapping of human skim milk proteins in term and preterm milk. J Proteome Res 11, 1696-1714 (2012).
- 3 Jensen, R.G. Handbook of milk composition (Academic Press, San Diego, 1995).
- 4 Hassiotou, F. et al. Breastmilk is a novel source of stem cells with multilineage differentiation potential. Stem Cells 30, 2164-2174 (2012).
- 5 Mennella, J.A., Jagnow, C.P., & Beauchamp, G.K. Prenatal and postnatal flavor learning by human infants. Pediatrics 107, E88 (2001).
- 6 Kunz, C., Rudloff, S., Schad, W., & Braun, D. Lactose-derived oligosaccharides in the milk of elephants: Comparison with human milk. Br J Nutr 82, 391-399 (1999).
- 7 Dekaban, A.S. Changes in brain weights during the span of human life: Relation of brain weights to body heights and body weights. Ann Neurol 4, 345-356 (1978).