

Helen Lyng Hansen

Helens bog om amning & flaske

Hvilken nybagt mor vil ikke gerne have en sundhedsplejerske lige ved hånden, når hun skal i gang med at amme? Det er muligt nu med *Helens bog om amning & flaske*. Her vil amning og flaske for første gang blive præsenteret og beskrevet på lige fod. Det skal ses i lyset af, at fire ud af ti danske mødre helt eller delvist er stoppet med at amme, allerede når barnet er fire måneder.

Til dem, der skal i gang med at amme og som måske er bekymret for det, giver Helen alle sine bedste råd. Læs, hvordan man lægger barnet til og hvornår man ved, om det har fået nok; hvad man stiller op med en lille mælkeproduktion, og hvordan man undgår og behandler brystbetændelse, svamp og smerter. Læs også om, hvordan man trapper ud og til sidst stopper med at amme.

Til dem, der er helt eller delvist er gået over til flaske viser Helen vej i junglen af modernælkserstatning og flasksutter. Hun fortæller, hvordan man kan gøre flaskegivningen til en dejlig stund, fyldt med kærlighed og nærvær, og hvordan man kan arrangere sig med tilberedning og opbevaring, så det hele bliver så nemt og praktisk som muligt.

Bogen kan læses i sin helhed, så man som mor og far bliver forberedt til både amning og flaske, såvel praktisk som følelsesmæssigt – men den kan i høj grad også bruges som opslagsværk i nødens stund. Uanset hvilken vej, man vælger: Et mæt og tilfreds barn med en glad og afslappet mor er målet!

Helen Lyng Hansen er uddannet sygeplejerske, sundhedsplejerske og ammerådgiver – og ikke mindst: kvinden bag succeshjemmesiden netsundhedsplejerske.dk, hvor hun giver gode råd til tusindvis af bekymrede småbørnsforældre. Dette er den ottende bog i Helens bestseller-serie om børn.

Helen Lyng Hansen

Helens bog om amning og flaske

232 sider

Forlagets pris: 249,95

Udkommer 6. oktober 2015