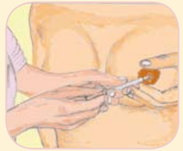
III. Gewinnen von Kolostrum per Hand (Kolostrum-Massage)

Das Gewinnen von Kolostrum in den ersten zwei Tagen nach der Geburt kann den Stillverlauf unterstützen und ist insbesondere bei schwierigen Situationen hilfreich. Sie ist dem Gewinnen per Pumpe überlegen, weil dadurch die wertvollen Tropfen nicht im Pumptrichter verloren gehen.
Eine zweite Person kann das Kolostrum ggf. direkt an der Brustwarze mit einem Löffel oder mit einer Spritze auffangen. Mit dieser Spritze kann man anschließend dem Baby die Milch füttern, in dem ihm die Milch auf die Lippen geträufelt wird. Oder aber die Milch wird mit dem Löffel gefüttert.

Bei der Gewinnung des Kolostrums per Hand sollte auf eine ausreichende Frequenz (8x innerhalb von 24 Stunden) geachtet werden. Auch ein Abpumpen sollte später in dieser Frequenz durchgeführt werden.

Anwendungsbereiche:

- Wenn das Baby (noch) nicht saugen kann oder zu müde ist
- Zur Vorbeugung und Behandlung einer Hypoglykämie bei gefährdeten Kindern, z.B. wenn Sie einen Gestationsdiabetes in der Schwangerschaft entwickelt haben
- Für frühgeborene und kranke Kinder
- Bei jeder Trennung von Mutter und Kind nach der Geburt
- Wenn die Mutter an ihrer Milchmenge zweifelt
- Im Kreißsaal, wenn die Mutter anschließend abstillen möchte, um dem Baby die wertvollen Kolostrumtropfen zu geben



IV. Rückenmassage

Die Rückenmassage ist eine gute Unterstützung bei Problemen mit der Brust, z. B. beim initialen Milcheinschuss oder wenn sonst der Milchspendereflex schwer auslösbar ist. Verspannungen und Schmerzen führen zur Verengung der Gefäße. Die Hormone können die Brust dann schwerer erreichen, und die Milch fließt schlechter. Außerdem verlaufen die Nervenfasern, die die Reize von der Brustwarze zum Gehirn führen, über den Rücken zum Rückenmark.

Die Rückenmassage kann vor dem Stillen bzw. Abpumpen oder aber auch währenddessen an den erreichbaren Teilen des Rückens sowie im Schulterbereich von einer unterstützenden Person (Partner) durchgeführt werden.

Am besten ist es, wenn Sie sich bequem auf einen Stuhl setzen und die Unterarme auf einen vor Ihnen stehenden Tisch oder auf die Stuhllehne stützen. Die Brüste sollen dabei frei nach unten hängen. Der Rücken wird dann rechts und links der Wirbelsäule von oben nach unten sowie unter dem Schulterblatt von innen nach außen mit festem Druck durch die Fingerknöchel massiert. Anschließend wird der Rücken zur Seite hin ausgestrichen.

Oft setzt durch diese Massage der Milchspendereflex ein, und die Milch tropft aus den Brustwarzen heraus, was zu einer spontanen Entspannung führt, durch die alle weiteren Maßnahmen erleichtert werden.

s. auch:
Informationsblatt
„Aufbewahrung von Muttermilch“

Benötigen Sie Unterstützung?

Still- und Laktationsberaterinnen IBCLC, die Mitglied in unserem Berufsverband sind, finden Sie unter:
www.bdl-stillen.de/beratung/stberat.htm oder Sie fragen in unserem Sekretariat nach.

Weitere Informationsblätter:

- Muttermilch für Babys
- Aufbewahrung von Muttermilch
- Stillen und Erwerbstätigkeit
- Einführen von Beikost (in Arbeit)

Stillen – ein Geschenk fürs Leben

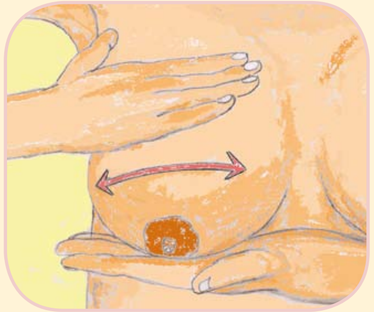
Fachlich kompetente und einfühlsame
Beratung rund ums Stillen.

BDL
Berufsverband Deutscher Laktationsberaterinnen IBCLC e.V.

Frauke Bratz
Hildesheimer Straße 124 E
30880 Laatzen
Telefon (0511) 87 64 98 60
Fax (0511) 87 64 98 68
sekretariat@bdl-stillen.de
www.bdl-stillen.de

Impressum: © 2009 BDL, Autorin: Gudrun von der Ohe, Illustrator: Dr. E. Heerten, Layout: Isabel Zettl
Quellen: Verschiedene Empfehlungen zum Thema „Massieren und Entleeren der Brust “
La Leche Liga: „Die Marmet-Technik“ 1984

www.bdl-stillen.de

Brustmassagen & Entleeren der Brust von Hand

Je liebevoller Sie mit Ihrer Brust umgehen, desto mehr Erfolg werden Sie bei Ihren Bemühungen haben. Schmerzen dürfen nie entstehen bei Brustmassagen oder Entleeren der Brust, auch nicht bei einem Milchstau.