

## Das Entleeren der Brust von Hand

- Vor der Entleerung der Brust bitte Hände waschen
- Eine sanfte Massage der Brust löst den Milchfluss aus.
- Setzen Sie nun die Fingerspitzen von Daumen und Zeigefinger ca. 3 cm weit von der Brustwarze entfernt ober- und unterhalb der Brustwarze auf.
- Drücken Sie die Finger leicht in Richtung Brustkorb und heben die Brust dabei etwas an.
- Führen Sie die Finger mit sanftem Druck aufeinander zu, ohne dabei auf der Haut zu rutschen.
- Wiederholen Sie diese rhythmische Bewegung, so oft bis der Milchfluss versiegt.
- Ändern Sie nun nach und nach die Position der Finger, damit alle Bereiche der Brust entleert werden.
- Ziehen Sie die gewonnenen Tropfen direkt von der Brustwarze mit der sterilen Spritze auf und verschließen Sie diese mit dem sterilen Verschlussstopfen.



„Manuelle Brustentleerung“  
finden Sie im folgenden Film  
von 2:40 bis 4:30 min →



## Hinweis zum Umgang mit dem gewonnenen Kolostrum

Benutzen Sie die anfänglich geringen Mengen Kolostrum, die Sie abdrücken, zur Hautpflege. Wenn Sie steigende Mengen Kolostrum gewinnen, dann bewahren Sie diese in den sterilen Spritzen, die Sie von der Stillberaterin bekommen haben auf. Beschriften Sie die Spritze mit dem Kolostrum unbedingt mit Ihrem Namen, Datum und Uhrzeit.

Frieren Sie das Kolostrum unverzüglich bei -18°C ein.

Beachten Sie beim Transport zur Klinik, dass die Kühlkette nicht unterbrochen wird. Benutzen Sie eine Kühltasche mit Kühlelementen. Sie selber sind dafür verantwortlich, das Kolostrum sachgerecht zu lagern und zu transportieren.

Geben Sie das gefrorene Kolostrum dem Pflegepersonal auf der Station 82 oder der Sie betreuenden Hebamme im Kreißsaal ab.

Seien Sie nicht traurig, wenn es Ihnen noch nicht gelingen sollte Kolostrum aufzufangen.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und sind natürlich auch nach der Geburt für Sie da.



### Kontakt

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe  
Medizinische Hochschule Hannover  
Carl-Neuberg-Str.1, 30625 Hannover  
[www.mhh.de/frauenklinik](http://www.mhh.de/frauenklinik)

### Stillbeauftragte der Frauenklinik

- Gaby Jellen  
Still- und Laktationsberaterin IBCLC  
Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin  
[jellen.gaby@mh-hannover.de](mailto:jellen.gaby@mh-hannover.de)
- Ursula Eikenberg  
Still- und Laktationsberaterin IBCLC  
Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin  
[eikenberg.ursula@mh-hannover](mailto:eikenberg.ursula@mh-hannover)
- Stillambulanz Cornelia Kastaun  
Still- und Laktationsberaterin IBCLC  
Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin  
0511-532 6682  
[frauenklinik.elternschule@mh-hannover.de](mailto:frauenklinik.elternschule@mh-hannover.de)

**Stillhotline: 0176 1 532 8559**

Stand: September 2022

Elterninformation

# Simply the best!

Bei Diabetes?

## MUTTERMILCH!



Klinik für Frauenheilkunde  
und Geburtshilfe

Direktor: Univ.-Prof. Dr. P. Hillemanns

## Liebe werdende Mutter,

jede Schwangerschaft ist ein ganz besonderes Ereignis.

Gerade Frauen mit einem Diabetes mellitus oder einem Schwangerschaftsdiabetes ist die Ernährung des Kindes nach der Geburt ein besonderes Anliegen.

Muttermilch ist die Beste Ernährung für Ihr Baby.

## Stillen senkt das Risiko...

- für Übergewicht von Mutter und Kind.
- für das Kind später einen Diabetes zu entwickeln.
- für die Mutter, nach einem Schwangerschaftsdiabetes einen Typ 2 Diabetes zu entwickeln.

Bei Diabetes kann die Milchbildung unter Umständen bis zu 24 Stunden verzögert einsetzen. Daher möchten wir Sie unterstützen, frühzeitig in die reichliche Milchbildung zu kommen. Hautkontakt nach der Geburt und Muttermilch helfen den Stoffwechsel Ihres Kindes zu stabilisieren. So können Sie Ihrem Baby den besten Start ins Leben ermöglichen.



## Wie funktioniert das?

Auf den folgenden Seiten klären wir Sie über die Bedeutung und Vorgehensweise zur Gewinnung Ihrer Milch für Ihr Baby auf.

Gerne beraten wir Sie persönlich schon...

- in der Schwangerschaft (ab 37.+0 Schwangerschaftswochen).
- nach der stationären Aufnahme.
- bei Einleitungsbeginn.
- Geburtsbeginn.
- oder vor einem geplanten Kaiserschnitt, wie Sie Ihre Milch gewinnen können.



## Stadien der Milchbildung

### Kolostrum

- bis ca. 30 Stunden nach der Geburt

### Übergangsmilch

- 5.-12. Tag nach der Geburt

### reife Frauenmilch

- ab ca. Tag 13 nach der Geburt

## Kolostrum – Die Powermilch der ersten Tage

Kolostrum ist die erste und individuell einzigartige Milch für Ihr Kind. Sie wird schon in der Schwangerschaft gebildet und steht in den ersten Lebenstagen sofort nach der Entbindung Ihrem Baby zur Verfügung.

Die Menge ist angepasst an die Bedürfnisse des Babys. Kolostrum ist leicht cremig von der Konsistenz, um das Baby nicht zu überfordern. So kann es die Koordination von Saugen, Atmen und Schlucken vor Einsetzen der reichlichen Milchbildung üben.

Mit den vielen Immunstoffen schützt es Ihr Baby vor Infektionen und mobilisiert die Darmtätigkeit.

## Bei Diabetes ist Muttermilch die beste Wahl!

Neugeborene diabetischer Mütter haben ein hohes Risiko für Unterzuckerung nach der Geburt. Deshalb ist das frühe Anlegen 30 Minuten nach der Geburt oder Gabe von Nahrung wichtig für die Gesundheit des Kindes.

Die meisten Neugeborenen beginnen ca. 1 Stunde nach der Geburt die Brust zu suchen und zu saugen.

Manche Kinder sind so früh nach der Geburt noch nicht bereit zum Stillen. Wir bieten Ihnen Begleitung und Information, damit Ihr Baby möglichst mit Ihrer wertvollen Milch versorgt werden kann.

