



KETTENBRÜCKE

GESUNDHEIT LEBEN

HANDGEWINNUNG VON MUTTERMILCH UND PUMPEN

GRUNDSÄTZLICH

- > Vor jedem Anlegen kurze Brustmassage zur Auslösung des Milchspendereflexes und Steigerung des Fettgehaltes.
- > Wenn das Kind nicht gut trinkt, schläfrig wirkt, verlegt worden ist oder bei insulinpflichtigem Gestationsdiabetes – Handgewinnung von Muttermilch (Verabreichung auch dem schlafenden Kind)

Im **KREISSAAL** oder ab **WOCHE 37 und 0** oder **FRÜHER**, solange keine Frühgeburtsbestrebungen vorhanden sind:

- > Handgewinnung von Muttermilch, in Spritzen auffangen und Einfrieren bzw. Lagern im Kühlschrank, je nach Lagerungsdauer

DIE ERSTEN 24 STUNDEN

- > 8 bis 12 mal stillen oder Handgewinnung von Muttermilch, Zeitabstand kann auch unter einer Stunde sein, max. Zeitabstand 6 Stunden (von Beginn der Mahlzeit/ des Ausmassierens bis Beginn der neuen Mahlzeit)
- > Verabreichung von Kolostrum auch beim nicht gestillten Kind empfohlen

NACH DEN ERSTEN 24 STUNDEN

- > Beginn des Pumpens
- > 8 bis 12 mal Powerpumping bis zum Übergang zur ausreichenden Milchbildung (Gewichtszunahme und ausreichend Ausscheidung)
- > Powerpumping: kurze Brustmassage 5 Min. pumpen – kurze Brustmassage und trinken (ca. 1min) – 5 Min. pumpen – kurze Brustmassage und Trinken – 5 Min. pumpen (gesamt 15 Min.)
- > Zur Steigerung der Milchbildung: viel Wechselstillen, Malzbier oder alkoholfreies Weißbier