

Informationen zur Kolostrumgewinnung in der Schwangerschaft

Das Evangelische Diakoniekrankenhaus ist eine zertifizierte babyfreundliche Geburtsklinik. Deshalb sind wir bestrebt den Stillbeginn so optimal wie möglich zu unterstützen. Ein Baustein davon ist die Kolostrumgewinnung in der Schwangerschaft, zum Beispiel bei Frauen mit Gestationsdiabetes oder aus anderen Gründen.

Das Kolostrum (erste Milch nach der Geburt) ist die beste Milch für das Neugeborene. Die perfekt individuell abgestimmte Zusammensetzung Ihrer ersten Milch hilft Ihrem Kind in der Anpassung nach der Geburt, beinhaltet eine Vielzahl an Antikörper und stabilisiert den Blutzucker ihres Babys.

Kolostrum wirkt weit über die erste Zeit hinaus, besser als alles andere.

Jede schwangere Frau hat schon im letzten Drittel der Schwangerschaft Kolostrum, das immer wieder nachgebildet wird. Lediglich die Gewinnung erfordert etwas Übung. Kolostrum kann die verschiedensten Farben (von durchsichtig über weißlich-gelb zu orange bis hin zu einem grünlichen Farbton) haben. Alles ist normal.

Der optimale Zeitpunkt zur Gewinnung von Kolostrum ist ab der 37. Schwangerschaftswoche oder während der Geburtseinleitung auf unserer Station.

ABLAUF

- Eine gemütliche, warme Umgebung, Ruhe und positive Gedanken helfen, dass Ihre Milch ins Fließen kommt. Gestalten Sie sich die Kolostrumgewinnung so gemütlich und ungestört wie möglich. Wenn Sie mögen, können Sie davor duschen oder ihre Brust unter fließendem Wasser abspülen. Danach trocknen Sie die Brust mit einem frischen Handtuch ab.
- Bevor Sie beginnen, waschen Sie gründlich Ihre Hände.
- Die Technik zur Brustmassage hat Ihnen schon eine Mitarbeitende unserer Geburtsklinik gezeigt. Nachlesen können Sie es nochmals im Flyer des BDL „Brustmassagen & Entleeren der Brust von Hand“, den Sie von uns erhalten haben.
- Zusätzlich können Sie auf unserer Internetseite den Film „Brustmassage zur Milchgewinnung“ anschauen.
<https://www.diakoniekrankenhaus-freiburg.de/de/fuer-eltern/garantiert-babyfreundlich>
- Das Kolostrum nehmen Sie mit Hilfe der Plastikspritzen auf, wie es Ihnen gezeigt wurde.
- Wichtig ist, dass Ihre Spritzen mit Ihrem Namen, Geburtsdatum und dem Entnahmedatum beschriftet werden und direkt bis zur Verabreichung Ihres Kindes ununterbrochen gekühlt werden. Sie können die Spritzen in einem ZIP-Beutel, der ebenfalls beschriftet ist, im Gefrierfach lagern. Zur Geburt nimmt Ihr/e Partner/In diesen Beutel in der Kühlta-sche zwischen ausreichend Kühlkompressen gelagert in die Klinik mit. Dort werden die Spritzen bis zum Gebrauch weiterhin eingefroren gelagert.
- Wenn Sie schon in der Klinik sind, geben Sie Ihr gewonnenes Kolostrum an das Personal zur sofortigen Kühlung weiter.
- Was, wenn erstmals kein Kolostrum kommt? Seien Sie nicht entmutigt. Nehmen Sie sich Zeit dafür und geben Sie sich Zeit. Sie haben Kolostrum! Manchmal braucht es nur ein bisschen bis es sich gewinnen lässt. Es muss nicht gleich beim ersten Versuch zu Hause klappen. Die Technik und „Stimmung“ müssen auch passen. Versuchen Sie es immer mal wieder.

Wenn Sie Unterstützung benötigen, wenden Sie sich an uns, wir beraten Sie gerne.

Sollten Sie von zu Hause Fragen haben, steht Ihnen die Stillhotline (Telefon: 0761 1301-9349) oder die Hebammen-sprechstunde (Telefon: 0761 1301-654) jederzeit zur Verfügung

Stand: 07/23