



Stillen mit Diabetes mellitus oder Schwangerschaftsdiabetes

Liebe werdende Mutter,

wenn bei Ihnen in der Schwangerschaft ein Diabetes mellitus oder ein Schwangerschaftsdiabetes festgestellt wurde, bietet Ihnen das jeweilige Team der Gynäkologen und Diabetologen die bestmögliche Beratung. Aus Erfahrung wissen wir, dass der Säugling einer diabetischen Mutter nach der Geburt in einigen Fällen Probleme zeigt, den Blutzuckerspiegel stabil zu halten.

In diesem Flyer haben wir daher einige Informationen zusammengefasst, wie Sie sich bestmöglich auf die Geburt Ihres Kindes und seine Ernährung mit Muttermilch vorbereiten können.

Direkt nach der Geburt hilft Körperwärme

Um den Blutzuckerspiegel Ihres Kindes zu stabilisieren, ist der unmittelbare Hautkontakt zwischen Ihnen und Ihrem Kind wichtig. Der erste Stillversuch sollte innerhalb der ersten 30 Minuten nach der Entbindung stattfinden. Manchmal ist das Neugeborene dazu noch nicht bereit. In einer solchen Situation kann Ihr Kind frisch ausmassierte Muttermilch erhalten. Kann keine Milch ausmassiert werden, erhält Ihr Kind die von Ihnen in der Schwangerschaft gewonnene Muttermilch.

Steht zu diesem Zeitpunkt keine Muttermilch zur Verfügung, haben wir die Möglichkeit eine Ersatznahrung zur Stabilisierung des Blutzuckerspiegels zu verabreichen.

Muttermilch vor der Geburt gewinnen

Frühestens ab der 37. Schwangerschaftswoche (36+0 Schwangerschaftswoche) können Sie zu Hause in Ruhe Ihre Brust massieren, Tropfen für Tropfen die Muttermilch entleeren und in kleinen Spritzen aufziehen. Gewinnen Sie die Muttermilch 1-3 mal am Tag. Dies dauert ca. 5-10 Minuten je Brust. Die mit Muttermilch gefüllten Spritzen in einem Gefrierbeutel einfrieren und zur Geburt mitbringen.

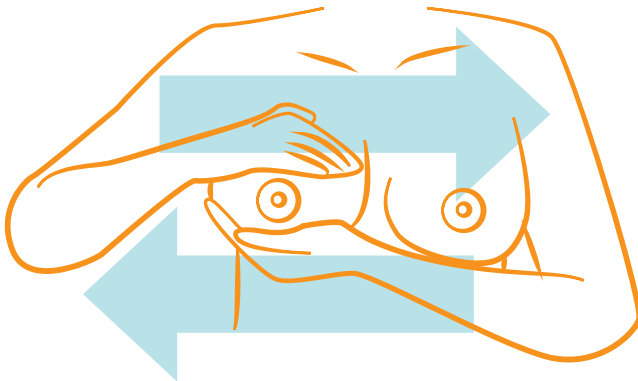
So lernen Sie bereits die Technik der manuellen Muttermilchgewinnung in der Schwangerschaft. In den ersten Tagen nach der Entbindung ist es wichtig, dass Ihr Kind regelmäßig und spätestens alle 2-3 Stunden Muttermilch trinkt. Dies begünstigt die Stabilisierung des Blutzuckerspiegels.

Anleitung

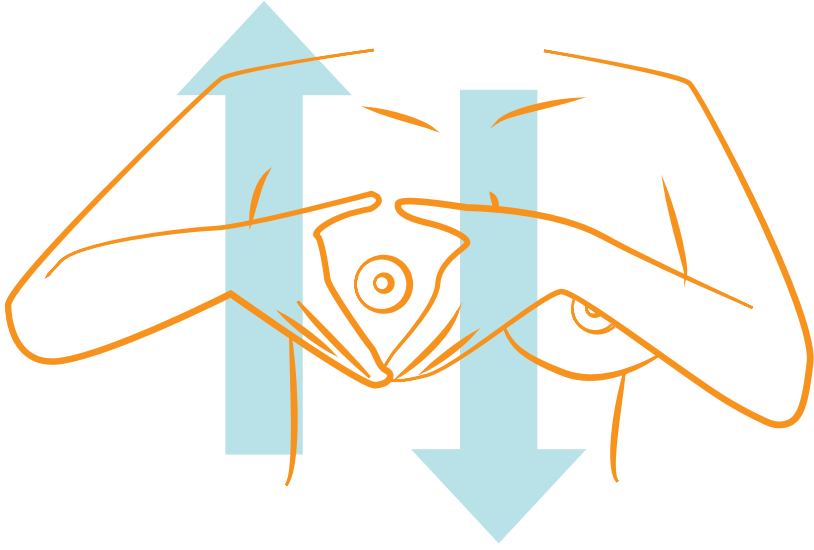
Brust ausmassieren

- Hygiene: Ein tägliches Duschen wird empfohlen sowie vor der Brustmassage die Hände gründlich mit Wasser und Seife zu waschen.
- Eine kurze Brustmassage eignet sich besonders vor dem Ausmassieren, da dies den Milchfluss fördert und die Milchmenge steigert. Dabei nehmen Sie Ihre Brust zwischen Ihre flachen waagerechten Hände und bewegen das Drüsengewebe hin und her.
- Wiederholung der Massage mit senkrechten Händen. Anschließend streicheln sie die Brust sternförmig vom Ansatz der Brust über die Brustwarze hinweg (Abbildungen 1, 2 und 3).
- Es besteht die Möglichkeit einer persönlichen Anleitung zur manuellen Gewinnung von Kolostrum in unserem Milchcafé, im Stillinfoabend oder in unserer Stillambulanz.
Weitere Informationen auf: www.mutterhaus.de
- **Besondere Beachtung:** Wenn Ihr Bauch während der Milchgewinnung hart wird, könnte es sich um Wehen handeln. Brechen Sie in diesem Fall die Milchgewinnung ab und versuchen Sie es zu einem späteren Zeitpunkt erneut.

1



Hinweis: Entsprechendes Filmmaterial zum Thema „Muttermilch ausmassieren“ finden sie im Internet.



2



3

Anleitung

Milch aufnehmen

- Für die Handentleerung (Ausmassieren) fassen Sie Ihre Brust im C-Griff ca. 2-3 cm hinter der Basis der Brustwarze. Nun dehnen Sie mit Daumen und Fingerspitzen das Gewebe in Richtung Brustkorb und schieben dann die Finger sanft in Richtung Brustwarze (Abbildungen 4 und 5). Jetzt ziehen Sie die wertvolle Muttermilch in eine spezielle Ernährungsspritze auf und verschließen die Spritze anschließend mit dem hierfür vorgesehenen Stöpsel.
- Es ist normal, dass bei den ersten Versuchen nur wenig oder gar keine Muttermilch fließt. Versuchen Sie es trotzdem weiter und mit etwas Übung wird es Ihnen sicher gelingen - es lohnt sich!

4



5



Anleitung

Muttermilch aufbewahren

Auffangen der Muttermilch in einer Ernährungsspritze (1ml oder 2,5ml). Zur Aufbewahrung die Spritze mit dem Stöpsel verschließen (Starterset erhalten Sie in der Hebammensprechstunde).

Dabei etwas Luft in der Spritze belassen, damit sich die Milch beim Gefrieren ausdehnen kann.

- Verwenden Sie ein Etikett (erhältlich in der Hebammensprechstunde) zur Beschriftung der Spritze mit Ihrem Namen, Geburtsdatum und Datum der Milchgewinnung.
- Frieren Sie die Muttermilch in einer separaten Box oder einem Gefrierbeutel ein.
- Zur Geburt bringen Sie die eingefrorene Muttermilch in einer Kühltasche mit Kühlelementen mit und geben diese im Kreißsaal ab.

Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung.

**Das Team des Perinatalzentrums im
Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen Trier**

Literaturnachweis

- Europäisches Institut für Stillen und Laktation (EISL), „Massieren der Brust und manuelles Gewinnen von Muttermilch“, 2016
- Ausbildungszentrum für Laktation und Stillen, „Stillen von Kindern mit Besonderheiten“, Juli 2020
- Bund Deutscher Laktationsberaterinnen IBCLC e.V. (BDL), „Aufbewahrung von Muttermilch“, 2018
- Europäisches Institut für Stillen und Laktation (EISL), „Präpartale Kolostrum-Gewinnung bei Schwangeren mit Diabetes mellitus“, Januar 2017

Autoren

Kerstin Adams, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Beate Apel, Stillberaterin, Silvia Pallien, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Jürgen Laros, Kinderkrankenpfleger

Die Autoren übernehmen keine Gewähr für Aktualität, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Informationen. Haftungsansprüche gegen die Autoren, welche sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, die durch Nutzung oder Nichtnutzung der dargestellten Informationen bzw. Durch die Nutzung fehlerhafter oder unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen, sofern seitens der Autoren kein nachweislich vorsätzliches Verschulden vorliegt.

© Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen gGmbH 2023

Stand: Juli 2024. Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen gGmbH, Feldstr. 16, 54290 Trier

