

Eltern-Kind-Zentrum

Wie gehe ich weiter vor:

Nachstehend finden Sie zwei QR-Codes. Beim ersten QR-Code öffnet sich ein Video. Darin wird die Technik der Kolostrumgewinnung durch Handentleerung anschaulich erklärt. Diese führen Sie nach guter Handhygiene 1–3 mal am Tag für 5–10 Minuten pro Brust durch. Der zweite QR-Code beinhaltet weitere nützliche Tipps.

Die Spritzen mit dem Kolostrum werden verschlossen und mit einem Aufkleber (mit Namen und Datum der Gewinnung) versehen. Direkt im Anschluss lagern Sie diese in einem ZIP-Beutel, der ebenfalls mit dem Namen beschriftet wurde, im Tiefkühlschrank.

Zur Geburt nimmt die Begleitperson diesen Beutel zwischen Kühlakkus gelagert in die Klinik mit. Dort bieten wir Ihnen auf der Wochenstation einen Gefrierschrank und einen Kühlschrank zur Lagerung Ihres gefrorenen oder frisch gewonnenen Kolostrums bzw. der Muttermilch.

Mitgebrachtes eingefrorenes Kolostrum, das nicht unmittelbar verwendet wird, kann in den nachfolgenden Tagen auch noch auf der Wochenstation gegeben werden. Tiefgekühlt (bei -18 °C) ist Muttermilch 6 Monate haltbar. Nach dem Auftauen im Kühlschrank noch weitere 24 Stunden.

Video von Global Health Media:

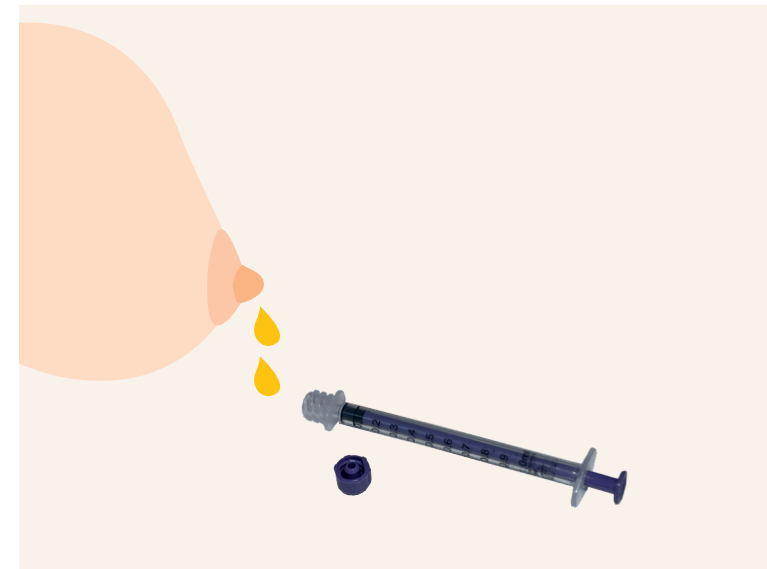
How to express breastmilk



Eltern-Informationsblatt aus Laktation & Stillen, 2019
Kolostrum gewinnen – in der Schwangerschaft und
nach der Geburt:



Bei Rückfragen stehen Ihnen unsere Stillberaterinnen gerne zur Verfügung. E-Mail: stillberatung@klinikum-fuerth.de



Präpartale Kolostrum-Gewinnung

(sehr empfohlen bei Schwangeren mit Diabetes)



KLINIK
KOMPETENZ
BAYERN^{eG}



Begrüßung

Liebe werdende Mutter,

Neugeborene von Müttern mit Diabetes mellitus haben ein erhöhtes Risiko für eine vorübergehende Hypoglykämie (Unterzucker) nach der Geburt. Der niedrigste Blutzucker ist in der Regel ca. eine Stunde nach der Geburt zu vermuten. Um eine Hypoglykämie abzufangen, sollten Neugeborene diabetischer Mütter ca. 30 Minuten nach der Geburt die erste Muttermilch, das „Kolostrum“ erhalten. Durch die im Kolostrum enthaltenen Enzyme stabilisiert sich der Blutzucker am besten. Die meisten Neugeborenen sind nach 30 Minuten allerdings noch nicht bereit zum Stillen. Daher wäre es ideal, diesen Neugeborenen Kolostrum zur Verfügung zu stellen, das entweder bereits in der Schwangerschaft oder frisch gewonnen wurde. So kann man ihnen Zeit geben, im direkten Hautkontakt die Brust zu finden und zu stillen.

Alles Wissenswerte zur Kolostrum-Gewinnung haben wir Ihnen in diesem Flyer zusammengestellt.

Viel Erfolg!

Ihr Stillteam vom Klinikum Fürth

Anleitung

Welche Vorteile bringt die Gewinnung?

Niedrige Blutzuckerwerte bei Neugeborenen sind seltener und somit müssen Maßnahmen, wie Zufütterung von Ersatz-Nahrung oder eine Behandlung des Neugeborenen in der Kinderklinik mit Trennung von Mutter und Kind, seltener durchgeführt werden.

Ab wann kann ich Kolostrum gewinnen:

Die erste Milch, das Kolostrum, wird schon ab Mitte der Schwangerschaft gebildet.

Bei einer **unkomplizierten** Schwangerschaft können Sie das Kolostrum ab der 37+0 Schwangerschaftswoche mit der Hand gewinnen. Bei Komplikationen oder einer Risikoschwangerschaft besprechen Sie dies bitte mit Ihrer Hebamme oder Ihrer Gynäkologin/Ihrem Gynäkologen.

Was brauche ich dazu:

Ca. 10 Spritzen für den **oralen** Gebrauch, bestehend aus:

- 5 x 1 ml Spritze
- 5 x 2,5 ml Spritze
- 10 Verschlusskappen

sowie:

- Gefrierbeutel mit Zip-Verschluss
- Kühlakkus

Die benötigten Spritzen können Sie in Apotheken erwerben. Alternativ bieten einige Hersteller fertige Sets zur Kolostrum-Gewinnung im Online-Handel an, z. B. über www.gottlob-kurz.de oder www.milchwiese.de.

