

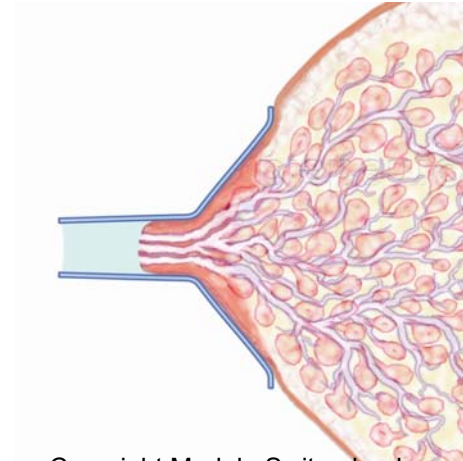
GEHT ES AUCH OHNE STROM  
—  
MANUELLES ENTLEEREN DER  
BRUST

Friederike Faulhaber u. Heike Kratzke  
Kinderkrankenschwester und IBCLC

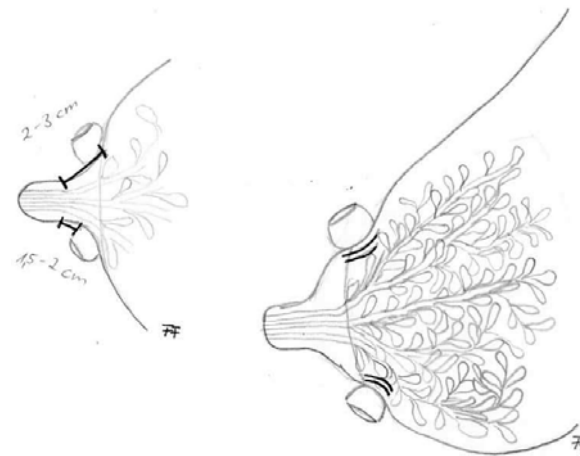
# Vergleich

der Wirkungsweise:

1. elektrische Pumpe  
verstellbarer  
Pumpmodus
2. manuelles Entleeren  
Melkbewegung, gezielt  
am Brustwarzenhof



Copyright Medela Switzerland



# Vergleich

des psychosomatischen Aspektes:

1. elektrische Pumpe

hohe Erwartung an das Gerät →

Enttäuschung bei geringer Milchmenge

2. manuelles Entleeren

Zweifel am eigenen Können →

Begeisterung bei laufender Milch

# Vergleich

der Verfügbarkeit:

1. elektrische Pumpe  
Besorgung notwendig
2. manuelles Entleeren  
ist immer möglich

# Vergleich

der Hygiene:

1. elektrische Pumpe  
Keimbelastung leicht erhöht
2. manuelles Entleeren  
Keimbelastung gering

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| Vergleich                | elektrische Pumpe  | manuelles Entleeren  |
| Wirkungsweise            | verstellbarer Pumpmodus  | Melkbewegung, gezielt am Brustwarzenhof                        |
| psychosomatischer Aspekt | hohe Erwartung an das Gerät → Enttäuschung bei geringer Milchmenge | Zweifel an eigenem Können → Begeisterung bei spritzender Milch |
| Verfügbarkeit            | Besorgung nötig  | immer möglich  |
| Hygiene                  | Keimbelastung leicht erhöht  | Keimbelastung gering   |

# Eine gute und lange Stillzeit

Selbstvertrauen der Mütter stärken

- auf das eigene Körpergefühl achten
- von der Werbung abwenden, wenn die eigenen Ressourcen noch nicht ausgeschöpft sind

# Mögliche Situationen



# Mögliche Situationen



# Mögliche Situationen



# Mögliche Situationen



# Mögliche Situationen



# Mögliche Situationen

- Brustverweigerung
- gespannte Brüste (ME, längere Schlafphase des Kindes)
- strapazierte bzw. verletzte Brustwarzen
- Trennung von Mutter und Kind
- Milchstau → zur Vermeidung von Brustentzündungen

# Vorbereitungen zur Milchgewinnung

## Hygiene:

- Händewaschen mit Seife
- Abspülen der Brust unter  
fließendem Wasser
- erste gewonnene Tropfen  
verwerfen

# Vorbereitungen zur Milchgewinnung

Förderung des Milchspendereflex durch:

- ✓ Störfaktoren vermeiden
- ✓ entspannte Raumatmosphäre
- ✓ bequeme Sitzposition
- ✓ warme Umschläge
- ✓ Massage nach Marmet
- ✓ Rückenmassage
- ✓ bei Trennung z.B. Bild des Kindes

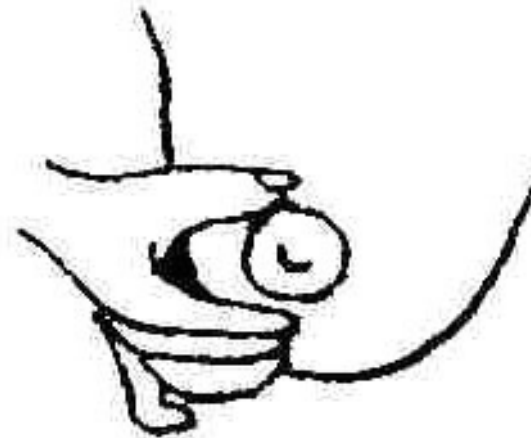
# Vorbereitungen zur Milchgewinnung

## Auffangen und Verwendung der Muttermilch

- als Badezusatz gleich in die Wanne
- bei Entleerung zur Entlastung in ein Tuch hinein
- zur Bereitstellung für das Kind in ein sauberes Glas- oder milchigem Hartplastgefäß

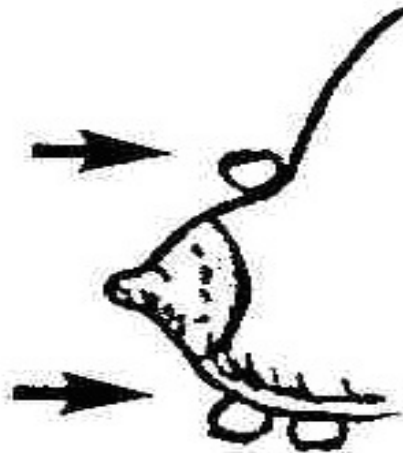
# Entleerungstechnik

- eine Hand hält stützend (bei hängender Brust) die Brust
- Daumen und Zeigefinger der anderen Hand formen ein „C“ 2-3 cm hinter dem Brustwarzenrand



# Entleerungstechnik

- Daumen und Zeigefinger drücken sanft waagrecht in Richtung Brustkorb und werden mit leichtem Druck nach vorn zur Brustwarze gerollt



Copyright Ausbildungszentrum für Laktation und Stillen

# Entleerungstechnik

- danach loslassen, damit wieder Milch fließen kann
- diese Bewegung von Daumen und Zeigefinger sollte dem Saugrhythmus des Kindes nachempfunden werden

# Entleerungstechnik

- nach Versiegen des Milchflusses rotieren Daumen und Zeigefinger um weitere Bereiche der Brust zu entleeren



# MANUELLES ENTLEEREN DER BRUST

—

## ES GEHT AUCH OHNE STROM

Quellen:

[www.babyfreundlich.org](http://www.babyfreundlich.org)

La Leche League International, Inc.: Informationsblatt Nr.27 „Die Marmet-Technik“

BZgA: „das baby“ Stand Mai 2008

Ausbildungszentrum für Laktation und Stillen: Unterrichtsmaterial „Entleeren der Brust“ 2001

Lehrvideo aus der Stillpraxis E. Kurth, IBCLC: „Abdrücken von Muttermilch – Entleeren der Brust von Hand“ 2003

K.Muß: „Stillberatung und Stillförderung“ Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart 2005

M.Biancuzzo: „Stillberatung“ Urban&Fischer 2005