

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin „Dr. Siegfried Wolff“

HINWEISE ZUR GEWINNUNG UND SAMMLUNG VON MUTTERMILCH

Liebe Mutter!

Wir freuen uns, dass Sie Ihr Kind stillen und damit optimal ernähren wollen. Besonders für Frühgeborene und kranke Neugeborene ist Muttermilch wegen ihrer ausgewogenen Nährstoffzusammensetzung wertvoll. Verzweifeln Sie nicht, wenn Sie anfangs Schwierigkeiten bei der Entleerung der Brüste haben. Abpumpen muss man lernen!

An die Verwendung von abgepumpter Milch sind aber bestimmte Bedingungen geknüpft. Um hygienisch einwandfreie Milch zu gewinnen, sind folgende Hinweise beim Abpumpen, Aufbewahren und beim Transport Ihrer Milch unbedingt zu beachten:

Reinigung des Pumpsets

- Saubere Milchflaschen bekommen Sie von der Klinik. Bewahren Sie möglichst auch die noch leeren Flaschen im Kühlschrank auf.
- Das Pumpset (Ansatztrichter, Luftschläuche) ist nach dem Gebrauch mit heißem Wasser, Spülmittel und Flaschenbürste gut zu reinigen und heiß nachzuspülen. Anschließend ist es in einem Topf, der nur dafür verwendet wird, 3 Minuten auszukochen (die Gegenstände müssen vollständig mit Wasser bedeckt sein) oder in einem Vaporisator (Bedienungsanleitung beachten) zu desinfizieren.

Reinigung von Brust und Händen

- Tägliches Duschen (nicht Baden!) ist die beste Vorbeugung gegen Brustinfektion.
- Vor dem Abpumpen waschen Sie sich sorgfältig die Hände unter fließendem warmem Wasser mit Flüssigseife.
- Abtrocknen an einem täglich frischen Handtuch, das nur von Ihnen benutzt wird. Oder Sie verwenden zum Abtrocknen Ihrer Hände "Küchenkrepp".
- Vor dem Abpumpen auch die Brust unter fließendem warmen Wasser waschen (ohne Seife!). Zerklüftete Brustwarzen besonders gut reinigen. Anschließend Brustwarze im Pumpbereich lufttrocknen lassen oder mit "Küchenkrepp" abtupfen.

Wie sammeln Sie die Milch?

- Setzen Sie sich bequem.
- Die ersten Tropfen mit der Hand abdrücken und verwerfen, da sie stark mit Keimen belastet sein können. Erst dann den sauberen Brusttrichter der Milchpumpe ansetzen.
- Wählen Sie zunächst den geringsten Sog der Pumpe. Achten Sie darauf, dass die Brustwarze in die Mitte des Trichters zeigt und nicht an der Trichterwand wund gerieben wird. Pumpen Sie anfangs alle 3-4 Stunden jede Seite mehrmals (erste Brust ca. 5-7 min., zweite Brust 5-7 min. □ zurück zur ersten Brust und noch mal ca. 3-5 min. pumpen, ebenso mit der zweiten Brust verfahren)
- Die Milch in die vor gekühlte Flasche gießen (bis max. 200 ml, nicht zu voll füllen) und verschlossen sofort im Kühlschrank bei +4 bis +6 °C (an der Hinterwand, nicht nur in den Türfächern!) lagern
- Am besten ist es für Ihr Kind wenn Sie die Milch täglich frisch in die Klinik bringen können.
- Ist absehbar, dass Ihre Milch nicht innerhalb der nächsten 3 Tage verbraucht wird oder nicht mindestens jeden zweiten Tag in die Klinik transportiert werden kann, soll sie gleich eingefroren werden. Dabei kann flüssige Milch zu einer Flasche mit schon gefrorener Milch dazugegeben werden, vorausgesetzt, dass sie sofort wieder in den Tiefkühlschrank (****Sterne-Kältefach!) kommt. In jeder Flasche soll oben ein Luftraum von ca. 2,5 cm belassen werden, da sich die Milch beim Einfrieren ausdehnt.
- Beim Öffnen und Schließen der Flaschen Innenseite des Deckels und Flaschenrand nicht berühren. Alle Utensilien nur auf einer sauberen Unterlage (z.B. gebügeltes Tuch, Küchenpapier) ablegen.

- Milchflasche mit Namen des Kindes, Datum und Uhrzeit des Abpumpens (Pflasterstreifen) versehen.
- Nach dem Abpumpen stets frische Stilleinlagen verwenden.

Wie wird die Milch transportiert?

Die Milchflaschen werden aufrecht stehend in der Kühltasche mit Kühlelementen möglichst täglich in das Krankenhaus transportiert. Die Kühlkette darf von Ihrem Kühlschrank/Tiefkühlschrank bis dorthin nicht unterbrochen werden, um ein Keimwachstum zu verhindern.

Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie erkranken oder Sie Medikamente einnehmen müssen, damit wir klären können, ob Ihr Kind die Milch weiter bekommen darf.

Die Milchpumpe

Eine elektrische Milchpumpe können Sie in Apotheken oder Sanitätshäusern entleihen. Die Kosten dafür übernimmt in der Regel Ihre Krankenkasse (bei Indikation). Sie benötigen dafür eine Verordnung Ihres Frauenarztes.

Wir empfehlen Ihnen die elektrischen Intervall – Milchpumpen. Auf der Verordnung Ihres Arztes muss dies auch so vermerkt werden: Intervall - Milchpumpe mit Set

So erreichen Sie uns bei weiteren Fragen:

**St. Georg Klinikum Eisenach gGmbH i. G.
Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde**

Station C12 Neo / Milchküche

Mühlhäuser Str. 94 ; 99817 Eisenach

Tel.:03691/698-2620 / 2621

Fax:03691/698-7260

Dr. B. Kretzschmar – Kinderklinik – Mühlhäuserstr. 95 – 99817 Eisenach

Tel.: 03691 – 698 26 00 – Email: kretzschmar@stgeorgklinikum.de