

## Ansprechpartner

### Frauenklinik



**Dr. Jens-Peter Scharf**  
Chefarzt der Frauenklinik  
Telefon 030/55 18-24 11



**Dr. Sylvia Bauermeister**  
Ltd. Oberärztin  
Schwerpunkt:  
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin  
Telefon 030/55 18-24 11

### Stillberatung

Anke Reimann (IBCLC)  
Telefon 030/55 18-24 52

**Dr. Katrin Brandt (Oberärztin, IBCLC)**  
Telefon 030/55 18-24 11

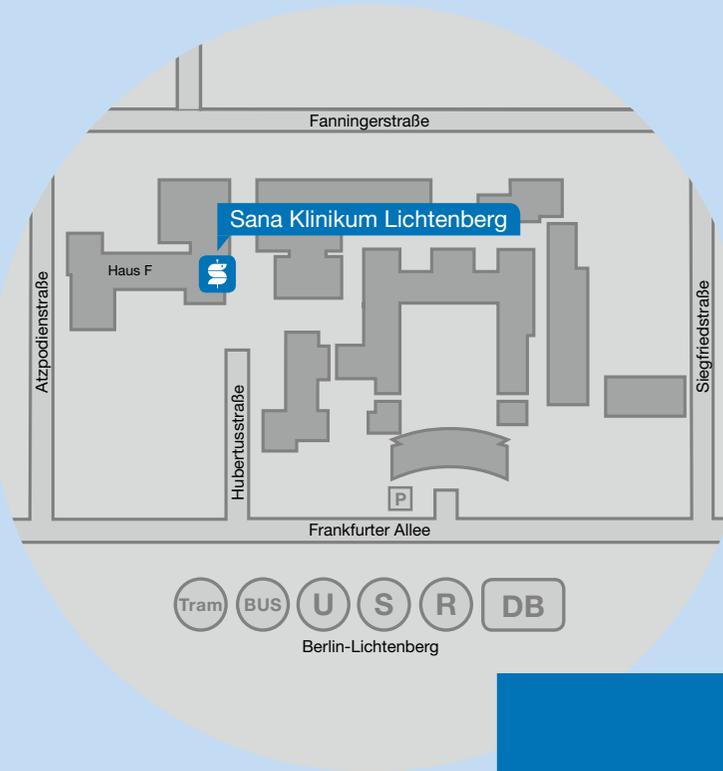
### Stilltreff

nach telefonischer Vereinbarung

### Still-Hotline

Montag bis Freitag 8–15 Uhr  
Telefon 030/55 18-24 91, -24 52  
sonst Telefon 030/55 18-24 43, -24 62

## So erreichen Sie uns – Verkehrsanbindung



**Sana Kliniken**  
**Berlin-Brandenburg GmbH**  
**Sana Klinikum Lichtenberg**  
Frauenklinik

Fanningerstraße 32  
10365 Berlin

Tel. 030/55 18-24 11  
Fax 030/55 18-24 08  
info@sana-kl.de  
www.sana.de/berlin

Stand 09 | 2022

Sana Klinikum  
Lichtenberg Frauenklinik



## Kolostrum



# Kolostrum

## Was ist Kolostrum?

Kolostrum – auch Erstmilch oder Vormilch genannt – ist die erste Milch, die von der weiblichen Milchdrüse bereits während der Schwangerschaft, besonders aber in den ersten Tagen nach der Geburt gebildet wird.

## Bedeutung des Kolostrums für Schwangere mit Schwangerschaftsdiabetes, Typ 1 oder Typ 2 Diabetes mellitus

Die Kinder diabetischer Mütter haben ein erhöhtes Hypoglykämierisiko (Unterzuckerung). Eine Frühfütterung mit Kolostrum in den ersten 30 Lebensminuten des Kindes kann einen kritischen Blutzuckerabfall begrenzen oder gar verhindern.

Kolostrum stimuliert auch das Immunsystem, senkt das Risiko für die Neugeborenen gelbsucht und sorgt für eine günstige Keimbildung des Darms. Allerdings sind selbst bei ununterbrochenem Hautkontakt ab Geburt nur manche Neugeborene schon nach 30 Minuten bereit, an der Brust zu saugen. Für die Erstfütterung reichen geringe Mengen Muttermilch aus. Somit wäre ein in der Schwangerschaft gewonnenes Kolostrum von großem Vorteil.

## Wie gewinnt man Kolostrum in der Schwangerschaft?

Man kann Kolostrum bereits ab der 38. Schwangerschaftswoche per Hand gewinnen.

Das Spritzenset erhalten Sie anlässlich Ihrer Geburtsanmeldung in der Klinik. Das Kolostrum kann mit 1 ml- oder 2 ml-Spritzen aufgefangen werden. Die befüllten Spritzen werden mit dem Namen der Mutter und dem Datum beschriftet, eingefroren und zur Geburt möglichst in einer Kühltasche mit zur Klinik gebracht.

Bis zur Entbindung wird das gefrorene Kolostrum im Klinikgefrierfach aufbewahrt.

# Vorbereitung zur Entleerung der Brust

- Waschen Sie sich die Hände mit Seife
- Spülen Sie die Brust unter fließendem Wasser ab
- Achten Sie auf eine bequeme Sitzposition und eine entspannte Atmosphäre

## Entleerungstechnik

Nehmen Sie die Brust in die Hand. Daumen und Zeigefinger formen ein C, zirka zwei bis drei Zentimeter hinter der Brustwarze. Wichtig ist dabei, dass Daumen und Zeigefinger eine gedachte Linie ergeben.

Heben Sie die Brust etwas an und drücken mit Daumen und Zeigefinger sanft in Richtung Brustkorb. Nun werden die Finger mit leichtem Druck – es darf nicht schmerzen – nach vorn zur Brustwarze bewegt.

Anschließend locker lassen und in die Ausgangsposition zurückgehen, dass die Milch nachlaufen kann. Nun wird wieder von vorn begonnen.

**Gerne vermitteln wir einen Kontakt zu unseren Stillberaterinnen, um Ihnen die Entleerungstechnik zu erklären.**

