

Liebe ...

Abschied nehmen heißt auch weinen: Weinen um Ihr Kind, um Ihre Vorstellungen und Pläne.

»Wenn die Seele weint, darf auch die Brust weinen« (Mein Sternkind, Dr. phil. Heike Wolter).

Wir möchten Sie in dieser Phase des Abschiedes begleiten und unterstützen, so gut wir können.

Darum wenden wir uns als Stillberaterinnen an Sie.

Vielleicht hatten Sie geplant zu stillen, vielleicht nicht.

Aber Ihre Brust hat sich im Laufe der Schwangerschaft auf die Ernährung Ihres Kindes vorbereitet. Wenn Ihr Kind bereits während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt gestorben ist, wird Ihr Körper vermutlich trotzdem Milch bilden. Wenn Sie bereits gestillt oder gepumpt haben, hat sich Ihr Körper schon auf die Muttermilchproduktion eingestellt.

Darum möchten wir Sie darüber informieren, welche Möglichkeit Sie nun haben.

Lassen Sie sich Zeit und überdenken Sie dies in Ruhe!

Trauer kann dazu führen, dass die Milch zurückgeht oder ganz wegbleibt. Häufiger ist jedoch, dass es zu einem Milcheinschuss kommt (wenn das Kind vor dem Milcheinschuss verstorben ist) oder weiterhin Milch produziert wird.

1. Abstillen durch das Trinken von Pfefferminz- oder Salbeitee, das Hochbinden und Kühlen der Brüste

Die milchreduzierende Wirkung der beiden Kräuter Pfefferminze und Salbei bewirkt ein sanftes Abstillen. Ein sanftes Ausstreichen, die Entleerung der Brust per Hand oder ein kurzes druckentlastendes Abpumpen kann die Reduzierung der Muttermilch unterstützen.

Allerdings sollte nicht häufig regelmäßig gepumpt werden, da dies wiederum die Milchbildung unterstützt.

2. Medikamentöses Abstillen

Als Stillberaterinnen möchten wir Ihnen vom Einnehmen abstillender Tabletten (z.B. Dostinex) abraten, weil diese sehr starke Nebenwirkungen (u.a. Kreislaufbelastung und Depressionen) haben. Außerdem kann es trotz dieser Tabletten zu einem Milcheinschuss kommen.

3. Frauenmilchspende

In unserem Haus, der Uniklinik Leipzig, gibt es eine Frauenmilchsammelstelle, in der gespendete Milch an v.a. Frühgeborene, deren Mütter (noch) keine eigene Milch geben können, weitergegeben wird.

Hierzu ist vorab eine körperliche und labortechnische Untersuchung (ähnlich wie bei einer Blutspende) nötig. Die Milch kann jedoch 2–3 x wöchentlich von einem Kurierfahrer abgeholt werden.

Manche Mütter möchten gern mit ihrer Milch, die so viele lebenswertvolle Inhaltsstoffe hat, andere Kinder unterstützen.

4. Praktische Verwendung

Frau Dr. phil. Wolter hat nach dem Verlust eines eigenen Kindes viele Frauen nach einem ähnlichen Verlust interviewt. Eine schreibt:

»Die Milch, die ich abgepumpt habe, ... habe ich in einem Fläschchen mit zum Friedhof genommen und auf dem Grab ausgeleert.«

Ob Sie mit der Milch die Blumen gießen oder sie anders verwenden möchten, dürfen Sie ganz alleine entscheiden. Tun Sie das, was Ihnen gut tut – egal, was andere dazu sagen.

5. Muttermilchperle/-schmuck

Im Internet gibt es Webseiten, die die Herstellung von Schmuck aus Muttermilch als Erinnerungsstück anbieten.

Während des ganzen Prozesses möchten wir als Pflegepersonal Sie begleiten! Daheim haben Sie Anspruch auf eine Unterstützung durch eine Hebamme, die von der Krankenkasse bezahlt wird.

Ihr Stillberater-Team der Neonatologie