



TIPPS UND EMPFEHLUNGEN

STILLFREUNDLICH
ZUFÜTTERN

- Sonde oder BES -

IN LIEBE STILLEN

Stillberatung und Stillbegleitung

Sabrina Grabow

STILLFREUNDLICH ZUFÜTTERN MIT FLASCHE & SONDE BZW. MIT BRUSTERNÄHRUNGSSET*

WAS DU BENÖTIGST:

- Hautfreundliche Pflasterstrips
- Abgepumpte Muttermilch oder Alternative
- 1. Brusternährungsset deiner Wahl (online oder in der Apotheke erhältlich)
ODER
- 2. Babyflasche deiner Wahl + eine größere Menge an Sonden (falls diese nicht
auskochbar sind) ODER
- 3. Spritze + größere Menge an Sonden (bei sehr kleinen Babys)

WOZU DAS GANZE DIENEN SOLL:

Unser Ziel ist es, auf das Vollstillen umzustellen. Deine Brust muss aber erst einmal verstehen, dass sie mehr Milch produzieren muss und das kann ein wenig dauern. Dein Baby soll nun natürlich nicht hungern, daher solltest du zufüttern. Damit du das Risiko einer Flasche und einer Saugverwirrung umgehen kannst und dein Kind zusätzlich deiner Brust den Reiz gibt, dass sie mehr produzieren muss, fütterst du am besten stillfreundlich und brustnah zu. Durch die Flaschenfütterung kommt es nämlich häufig zu einem veränderten Saugverhalten. Dies kann die Entwicklung eines physiologischen Saugens an der Brust behindern, der Übergang zum ausschließlichen Stillen kann gestört werden. Ich begleite dich/euch – bei Wunsch – während des gesamten Prozesses. Nicht jede (Still-)Mahlzeit muss mit Unterstützung geschehen. Wenn Dein Ziel ist voll zu stillen, dann macht es Sinn, die Zufütterung auf häufigere kleinere Portionen zu verteilen (bpsw. 6-8 x/Tag).

BRUSTNAH ZUFÜTTERN:

Beim Zufüttern während des Stillens wird mit jeder Zufütterung gleichzeitig das physiologische Saugen an der Brust erlernt und die Kinder werden zum ausdauernden Trinken animiert. Das Baby lernt, das Saugen an der Brust mit seinem Sättigungsgefühl zu verbinden. Zusätzlich wird mit jedem Stillvorgang die Milchbildung angeregt, was ja vorrangig unser Ziel ist. Zufütterung an der Brust ist außerdem zeitsparend, weil Stillen und Zufüttern zeitgleich stattfinden und nicht nacheinander, wie das bei der Fütterung mit einer Flasche der Fall ist.

ZUFÜTTERN VIA SONDE:

Vor dem Anlegen wird eine möglichst dünne Magensonde so auf der Brustwarze aufgeklebt (hautfreundliche Pflasterstrips), dass das Ende bündig mit der Brustwarzenspitze ist oder minimal darüber hinausragt.



Sonde an der Brust, Ende in Flasche © R. Grill



Sonde an der Brust mit Spritze © R. Grill

Sobald das Kind saugt, drückst du langsam die Spritze runter, sodass durch die Sonde die Nahrung gleichzeitig mit der Muttermilch aus deiner Brust vom Kind aufgenommen wird.

Alternativ kann das Ende der Magensonde in eine Flasche mit Nahrung gehängt werden. So findet der Milchtransfer nur während des aktiven Saugens (!) des Kindes statt, denn dein Kind saugt sich die Milch einfach aus der Flasche.

ZUFÜTTERN VIA BRUSTERNÄHRUNGSSET (BES):

Das Brusternährungsset kann für euch eine gute Alternative zur Sonde + Flasche/Spritze darstellen, wenn es absehbar ist, dass über einen längeren Zeitraum zugefüttert werden muss oder wenn du eine der Frauen bist, die nicht vollstillen können. In diesen Sets ist in der Regel (je nach Anbieter) eine Flasche enthalten, die du dir um den Hals hängen kannst, eine Sonde, ein Aufsatz, Reinigungshilfe, meist hautfreundliches Klebeband und die Anleitung. Bei dem BES kannst du die Geschwindigkeit des Milchflusses „einstellen“, indem du einen der zwei Schläuche schließt/öffnest, den Behälter höher/tiefer hängst, einen dickeren/dünnen Schlauch wählst. Beim Ausschleichen kannst du die Geschwindigkeit und die Milchmenge langsam verringern.

SONDE/SCHLAUCH ANKLEBEN:

Das Ankleben des Schlauches kann sehr den Erfolg der Mahlzeit beeinflussen. Wenn es also mal nicht (gut) funktioniert, überprüfe die Position der Sonde.

Schneide dir am Anfang ca. 5cm Klebeband grade ab. Dann kleb zuerst das Klebeband längs auf den Schlauch, so dass etwa 1 cm frei bleibt. Dann klebst du den Schlauch mit dem Klebeband auf die Brust, so dass das Klebeband bis zu dem Punkt reicht, wo die Brustwarze beginnt. Das Schlauchende ist etwa bündig mit der Brustwarzenspitze. Bitte klebe kein Klebeband auf deine Brustwarze!

Weiter oben kannst du den Schlauch dann noch mal festkleben, sodass du dich nicht verhedderst.

Wenn das Baby beim Anlegen seinen Mund weit öffnet, kann die Sonde so angeklebt werden, dass sie in der Mitte der Oberlippe liegt. Hat dein Baby Schwierigkeiten den Mund weit zu öffnen, so wird der Schlauch mittig zur Unterlippe angebracht. Es gibt auch die Möglichkeit, erst nach dem Anlegen die Sonde vorsichtig in Mundwinkel des Kindes zu schieben. Dies kann jedoch den Nachteil haben, dass das Kind das Vakuum verliert oder sich dadurch gestört fühlt und das Trinken unterbricht. Probiert bitte aus, was für euch am besten funktioniert.

REALISTISCHE ERFAHRUNGEN:

Ihr werdet (egal welche Zufütterungsmethode) Zeit, Ruhe und Geduld brauchen. Für euch beide ist es eine neue Situation. Melde dich bitte bei Unsicherheiten. Es ist schon super, wenn dein Baby den Schlauch akzeptiert, und wenn dein Baby 5ml oder mehr getrunken hat, denn dann weißt du, dass es funktioniert. Für den Anfang kannst du die Flasche auch in Griffnähe haben, sodass du es danach einfach noch einmal mit der Flasche versuchen kannst und dir keinen Druck machst. Wenn dein Baby nicht sofort mit dem BES zurechtkommt, ist das kein Versagen!

Meist dauert es etwas, bis ein Baby eine größere Menge über das BES trinken kann. Viele Mütter stillen am Anfang ein- oder zweimal pro Tag mit dem BES und steigern von Tag zu Tag, bis alle Flaschenmahlzeiten durch das Stillen mit dem BES ersetzt sind.

WIE GEHT ES WEITER?

Es kommt auf euer Startlevel an! Bei einer Beratung bleiben wir solange in Kontakt bis ihr euch sicher fühlt und/oder die Zufütterung ausgeschlichen ist.

Ausschleichen kannst du das Set, wenn dein Baby Gewicht aufgeholt hat und/oder deine Milchmenge mehr geworden ist. Dass deine Milchmenge mehr wird, merkst du an einem satten, zufriedenen Baby, einer passenden Gewichtszunahme, genug nassen Windeln und einem „nicht mehr Austrinken“ der Flasche/des BES. Tendenziell steuert das Baby das Ausschleichen also selber. :-)

*WICHTIG

Bitte buche Dir bei Unsicherheiten eine zertifizierte Stillberatung. Dieses Handout ist keine medizinische Anleitung & garantiert keine optimale Beratung. Die Erstellerin dieses Handouts (Sabrina Grabow) übernimmt keine Haftung für Vollständigkeit und Erfolg.

[Folge mir gerne auf Instagram!](#)

WWW.INLIEBESTILLEN.DE