

Aufbewahrung

Die Aufbewahrung erfolgt in Spritzen mit Verschlussstopfen oder Kolostrumbehältern, die jeweils mit einem Aufkleber versehen sind (Name, Datum der Gewinnung) und sofort eingefroren werden. Einmalspritzen werden laut Mittelverzeichnis des GKV-Spitzenverbandes aus Kunststoff (Polypropylen oder Polyethylen) hergestellt. Polypropylen sowie phthalatfreies Polyethylen eignen sich gut zum Einfrieren von Muttermilch.

Spritzen für den oralen Gebrauch (Spritzenstempel lila/pink), sind von verschiedenen Herstellern erhältlich z.B. Exadoral/Braun, Nutrilife/Vygon, Connect-System, FREKA oder Sterifeed, ebenso wie die dazugehörigen Verschlusskappen. Alle Produkte haben ZN-Nummern, sind also über Apotheken zu beziehen. Außerdem werden in der Zwischenzeit einige fertige Sets zur Kolostrum-Gewinnung im Online-Handel angeboten, z.B. über www.godol.de, www.milchwies.de, www.jaundanders.at oder www.baby-onlineshop.at

Lagerung und Transport

Die Spritzen können in einem ZIP-Beutel, der ebenfalls beschriftet ist (Name, Geburtsdatum der Mutter, Inhalt) im Tiefkühlschrank gelagert werden.

Für den Transport der eingefrorenen Vorräte zur Geburt in die Klinik ist die Begleitperson verantwortlich. Sie nimmt den Beutel ohne Unterbrechung der Kühlkette, zwischen Eis-Akkus gelagert, mit in die Klinik.

In der Klinik

Im Krankenhaus werden die Spritzen bis zum Gebrauch weiterhin eingefroren gelagert, eventuell in einem keimfreien ZIP-Beutel, um den hygienischen Anforderungen zu entsprechen. So steht auch Kolostrum zur Verfügung, wenn aufgrund des Diabetes mellitus der Mutter die Initiale Brustdrüsen-schwelung mit Einsetzen der Laktogenese II etwas verzögert eintreten sollte.

Hygiene beim Gewinnen von Kolostrum

Tägliches Duschen ist ausreichend, die Brust braucht keine zusätzliche Reinigung vor der Handgewinnung. Die Hände werden vorab sorgfältig unter fließendem warmen Wasser und mit Seife gewaschen.

www.stillen-institut.com

Ausführliche Hinweise und dazu gehörende Studien finden Sie auf unseren Fachseiten unter **Fachwissen** → **Fachinformation**

z.B. „Diabetes mellitus in Schwangerschaft und Stillzeit“;
„Hypoglykämie beim Neugeborenen“; „Brustmassagen“;
„Gewinnen und Aufbewahren von Muttermilch“ und vieles mehr.



Präpartale Kolostrum-Gewinnung bei Schwangeren mit Diabetes mellitus oder Gestationsdiabetes

Neugeborene von Müttern mit Diabetes mellitus haben ein erhöhtes Risiko für eine vorübergehende Hypoglykämie nach der Geburt. Der niedrigste Blutzuckerspiegel ist eine Stunde postpartal zu vermuten. Um diese Hypoglykämie abzuwenden ist es Standard, dass alle Neugeborenen von diabetischen Müttern laut der aktuellen AWMF-Leitlinie 024/006 zur Betreuung Neugeborener diabetischer Mütter“ 30 Minuten postpartal die erste Nahrung erhalten sollen. Die meisten Neugeborenen sind nach 30 Minuten allerdings noch nicht bereit zum Stillen (Widström, 2011; 2019).

Daher sollte es Standard sein, diesen Neugeborenen per Hand gewonnenes Kolostrum zu geben.



© R. Grill

Kolostrum wirkt am besten

Neugeborene, die Kolostrum erhalten, haben einen signifikant höheren mittleren Blutzuckerspiegel im Vergleich zu denjenigen, die Formula-Nahrung bekommen. Frisch gewonnenes Kolostrum ist Mittel der Wahl, welches den Blutzucker am besten sensibilisieren kann (Lawrence, 2022; ABM, 2021; Wambach & Spencer, 2025).

Nicht immer steht frisches Kolostrum zur Verfügung. In diesem Fall sollte präpartal gewonnenes Kolostrum das Mittel der Wahl sein, da über die Gabe von Formula-Nahrung eine Sensibilisierung auf Kuhmilcheiweiß sowie eine Veränderung des Mikrobioms erfolgen kann. Somit wird empfohlen, dass alle Diabetikerinnen schon ab der 37./ 38. Schwangerschaftswoche nach Anleitung Kolostrum gewinnen und dieses eingefroren zur Entbindung mitbringen sollten (Forster et al., 2017; Walker, 2023).

Das mitgebrachte Kolostrum wird nur in Anspruch genommen, wenn das Gewinnen von Hand in der Situation postpartum nicht in ausreichendem Maße gelingt. Sollte die Entbindung per Sectio stattfinden, kann in der Vorbereitung der Sectio noch kurzfristig frisches Kolostrum gewonnen werden. Muttermilch kann ca. 4 Std. bei Raumtemperatur gelagert werden (AAP, 2019; AWM, 2022).



www.kolostrumkarte.de

Informationen vor der Geburt

Schwangerere mit einem Diabetes mellitus melden sich normalerweise zur Geburtsplanung vorab in der Klinik an. Dadurch können sie frühzeitig über die besondere Situation informiert werden.

Ärzt:innen, Hebammen oder Still- und Laktationsberater:innen IBCLC sollten sowohl über die Wertigkeit des Kolostrums informieren als auch darüber sprechen, dass Kolostrum bereits in der Schwangerschaft gebildet wird. Als zusätzliche Informationsquelle ist die Kolostrumkarte für Mütter sehr geeignet (siehe links). Schwangere Diabetikerinnen sollten auch aktiv in ihrer Klinik nach der Möglichkeit der präpartalen Kolostrumgewinnung fragen, wenn es ihnen nicht vom Klinikpersonal angeboten wird.

Die Anleitung zur Kolostrumgewinnung

erfolgt bei einem individuellen Termin mit der Stillberaterin.

- Anleitung zur Brustmassage zum Ausschütten von Oxytocin, ein vorzeitiger geburtswirksamer Wehenbeginn ist nicht zu erwarten
- Anleitung zur Handgewinnung von Kolostrum
- 1-2 x täglich ab der 37./ 38. Schwangerschaftswoche für ca. 5-10 Minuten pro Brust
- Besprechen aller relevanten Informationen und Mitgabe eines schriftlichen Merkblattes



Gewinnung von Hand

(siehe dazu auch QR-Codes links unten: Video des Global Health Media Project und Informationsblatt aus L&S)

Vorbereitende Brustmassage (Oxytocinmassage):

Hände gegenüberliegend flach auf die Brust auflegen, sanft das Brustdrüsengewebe durch Hin- und Herschieben lockern, ohne die Hände auf der Haut gleiten zu lassen

Alternativ dazu Massage nach Marmet: Mit kleinen kreisenden Bewegungen der Finger das Gewebe sanft massieren, ohne auf der Haut zu gleiten. Dabei nach und nach spindelförmig vom Brustansatz rund um die Brust bis zur Areola wandern.

- Ergänzend im Anschluss mit den Fingerspitzen sternförmig vom Brustansatz bis über die Mamillen streicheln und die Brust insgesamt leicht lockern/ schütteln („Milchshake“)

Handgewinnung:

- Daumen und Zeigefinger/ Mittelfinger einander gegenüber 2 - 3 cm von der Mamille entfernt platzieren
- Brust leicht anheben und waagrecht in Richtung Brustkorb komprimieren („Press back“)
- Die Finger nach vorne abrollen, dabei nicht auf der Haut gleiten („Press together and roll“)
- Finger entspannen („Release“), neuerlich mit dem Vorgang beginnen

Alle Brustmassagen und das Gewinnen von Muttermilch über Hand sind sanfte Anwendungen, Schmerzen dürfen nie entstehen!