

## Kolostrum-Gewinnung bereits in der Schwangerschaft

Die Erstmilch, das Kolostrum, wird schon ab der Mitte der Schwangerschaft gebildet.

Die Gewinnung von Kolostrum in der Schwangerschaft reduziert die Notwendigkeit von Zufütterung mit künstlicher Nahrung, verringert das Risiko einer Verlegung des Kindes in die Neonatologie und fördert eine schnellere Milchbildung.

Das Gewinnen von Muttermilch mit der Hand kann bei einer unkomplizierten Schwangerschaft bereits ab der 38. SSW (also drei Wochen vor dem errechneten Geburtstermin) begonnen werden. Ein- bis zweimal täglich wird die Brust für 5-10 Minuten entleert.

Das Kolostrum wird direkt an der Brust mit 1 ml oder 2 ml Spritzen aufgefangen.

Ein vorzeitiger, geburtswirksamer Wehenbeginn mit der Folge einer zu frühen Entbindung ist dadurch nicht zu erwarten (DAME-Studie, Australien).

### Aufbewahrung

Das Kolostrum wird nach der Gewinnung eingefroren und zur Geburt in einer Kühltasche, mit Namen und Datum beschriftet, mitgebracht.

Frisches Kolostrum kann bis zu 6 Stunden bei Raumtemperatur aufbewahrt werden.

## Präpartale Stillberatung

Wir, die Still- und Laktationsberaterinnen am Mutter-Kind-Zentrum, beraten Sie gerne bei einem persönlichen Termin.

Sie lernen dabei

- eine sanfte, vorbereitende Brustmassage,
- die richtige Technik zur Handentleerung,
- die korrekte Aufbewahrung von Kolostrum bis zur Geburt und
- wie Sie die Milch zur Geburt mitbringen können.

Sie erhalten außerdem das komplette benötigte Material und ein Merkblatt.

Schreiben Sie uns gerne eine Mail an:

[stillberatung@uk-augsburg.de](mailto:stillberatung@uk-augsburg.de)

Folgende Informationen sind wichtig:

- Aktuelle Schwangerschaftswoche, bzw. voraussichtlicher Entbindungstermin
- Diagnose (Diabetes/Adipositas)
- Telefonnummer

Wir melden uns bei Ihnen, um einen Termin zu vereinbaren.

### Weiterführende Informationen und Quellen:

- Europäisches Institut für Stillen und Laktation
- IBLCE – International Board of Lactation Consultant Examiners
- AWMF Leitlinie Betreuung von Neugeborenen diabetischer Mütter

## Perinatalzentrum Level I

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe  
Sektion Geburtshilfe und Pränatalmedizin

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin  
Sektion Neonatologie und Päd. Intensivmedizin

## Präpartale Kolostrum-Gewinnung bei Schwangerschaftsdiabetes und Diabetes mellitus bei Adipositas



Liebe werdende Mutter,



Neugeborene von Müttern mit Diabetes haben ein erhöhtes Risiko nach der Geburt eine vorübergehende Hypoglykämie (Unterzuckerung) zu entwickeln. Dabei wird der niedrigste Blutzucker ca. eine Stunde postpartal erwartet.

Um diesen Verlauf positiv zu beeinflussen, sollte das Neugeborene in den ersten 30 Lebensminuten Nahrung erhalten, bevorzugt frisches Kolostrum. Durch die enthaltenen Enzyme stabilisiert es den Blutzucker am besten.

Da einige Neugeborene so früh nach der Geburt aber noch nicht zum Saugen an der Brust bereit sind, kann ihnen alternativ durch Handentleerung gewonnenes Kolostrum gegeben werden.

Ideal ist es, das Kolostrum frisch nach der Geburt zu entleeren. Sollte dies nicht möglich sein, kann das Kind auch vor der Geburt gewonnenes Kolostrum trinken. Schon kleine Mengen genügen, da Kolostrum hochkonzentriert ist.

Auch Frauen mit Adipositas und deren Neugeborenen profitieren von einer vorgeburtlichen Kolostrumgewinnung. Wir beraten Sie gerne, wenn Ihr BMI zu Beginn der Schwangerschaft 35 oder höher ist.

Wir möchten Sie auf diesem Weg unterstützen und begleiten.

## Die erste Zeit nach der Geburt:

Bleiben Sie nach der Geburt möglichst in ungestörtem Hautkontakt mit Ihrem Kind. Das hilft Ihrem Kind die Körpertemperatur zu halten und wirkt dadurch stabilisierend auf den Blutzucker.

Frühes Anlegen nach der Geburt ist ideal. Wenn das Stillen innerhalb der ersten 30 bis 60 Minuten nach Geburt nicht möglich ist, erhält Ihr Kind frisch oder präpartal gewonnenes Kolostrum.

Stillen Sie Ihr Baby so oft es möchte, aber mindestens zehnmal in 24 Stunden, dadurch wird die Milchbildung optimal angeregt und die häufigen, kleinen Mahlzeiten helfen, den Blutzucker stabil zu halten.



## Besondere Bedeutung des Stillens...

### **für Mütter mit Schwangerschaftsdiabetes:**

Stillen hilft Ihnen nach der Geburt schneller in eine normale Stoffwechsellage zu kommen.

Stillen erhöht Ihren Kalorienbedarf und führt so zu einer erleichterten Gewichtsabnahme.

Stillen reduziert Ihr Risiko, später im Leben an Diabetes zu erkranken.

### **für Kinder diabetischer und adipöser Mütter:**

Niedrige Blutzuckerwerte sind seltener und eine Behandlung des Babys auf der Neugeborenen Station somit oft nicht notwendig. Eine Trennung von Mutter und Kind kann deshalb oft vermieden werden.

Gestillte Kinder haben ein niedrigeres Risiko später an Übergewicht oder Diabetes zu erkranken.

Natürlich profitieren Mutter und Kind auch von allen weiteren Vorzügen, die Stillen und Muttermilchernährung mit sich bringen.

### **Impressum**

Universitätsklinikum Augsburg | Stenglinstraße 2 | 86156 Augsburg  
Herausgeber: Prof. Dr. med. Klaus Markstaller  
(Vorstandsvorsitzender & Ärztlicher Direktor | V.i.S.d.P.)  
Druckerei: Hausdruckerei | Stand: August 2024