

# Inhaltsverzeichnis

|          |                                                               |          |
|----------|---------------------------------------------------------------|----------|
| <b>1</b> | <b>Grundlegende Informationen zum Stillen</b>                 | <b>1</b> |
| 1.1      | Die Brust vor, während und nach Schwangerschaft und Stillzeit | 2        |
| 1.1.1    | Anatomie und Physiologie der Brust                            | 2        |
| 1.1.2    | Adoleszenz                                                    | 3        |
| 1.1.3    | Junge Frau, nicht schwanger                                   | 3        |
| 1.1.4    | Schwanger                                                     | 3        |
| 1.1.5    | Vor der Geburt                                                | 4        |
| 1.1.6    | Stillzeit                                                     | 4        |
| 1.1.7    | Menopause                                                     | 6        |
| 1.2      | Normaler Verlauf des Stillens                                 | 7        |
| 1.2.1    | Das erste Anlegen                                             | 7        |
| 1.2.2    | Ablauf einer Stillmahlzeit                                    | 9        |
| 1.2.3    | Let-down-Reflex (Milchspendereflex)                           | 12       |
| 1.2.4    | Kindliches Verhalten                                          | 13       |
| 1.2.5    | Stillpositionen                                               | 14       |
| 1.3      | Mehrlinge                                                     | 17       |
| 1.4      | Das ältere Stillkind                                          | 18       |
| 1.5      | Tandemstillen                                                 | 19       |
| 1.6      | Aussehen der Muttermilch                                      | 19       |
| 1.6.1    | Kolostrum                                                     | 19       |
| 1.6.2    | Übergangsmilch                                                | 20       |
| 1.6.3    | Reife Muttermilch                                             | 20       |
| 1.6.4    | Blut in der Muttermilch                                       | 20       |
| 1.7      | Darmentleerung und Urinausscheidung des Säuglings             | 21       |
| 1.7.1    | Mekonium                                                      | 21       |
| 1.7.2    | Übergangsstuhl                                                | 21       |
| 1.7.3    | Muttermilchstuhl                                              | 21       |
| 1.7.4    | Stuhl bei Ernährung mit künstlicher Säuglingsnahrung          | 22       |
| 1.7.5    | Blut im Stuhl                                                 | 23       |
| 1.7.6    | Urin                                                          | 23       |

|            |                                                |           |
|------------|------------------------------------------------|-----------|
| <b>2</b>   | <b>Stillschwierigkeit und ihre Ursachen</b>    | <b>25</b> |
| <b>2.1</b> | <b>Atypische Brustformen</b>                   | <b>26</b> |
| 2.1.1      | Asymmetrische Brüste                           | 26        |
| 2.1.2      | Unzureichendes Brustdrüsengewebe               | 26        |
| 2.1.3      | Versprengtes Brustdrüsengewebe                 | 27        |
| 2.1.4      | Nach Brust-OP                                  | 28        |
| <b>2.2</b> | <b>Problematische Mamillenformen</b>           | <b>30</b> |
| 2.2.1      | Flache Mamillen                                | 30        |
| 2.2.2      | Hohlmamillen/eingezogene Mamillen              | 31        |
| 2.2.3      | Kleine Mamillen                                | 33        |
| 2.2.4      | Große Mamillen                                 | 33        |
| 2.2.5      | Geteilte/doppelte Mamillen                     | 33        |
| <b>2.3</b> | <b>Pathologische Veränderungen der Brust</b>   | <b>34</b> |
| 2.3.1      | Brustdrüenschwellung                           | 34        |
| 2.3.2      | Milchstau                                      | 34        |
| 2.3.3      | Mastitis                                       | 35        |
| 2.3.4      | Abszess                                        | 35        |
| 2.3.5      | Brustkrebs                                     | 36        |
| 2.3.6      | Morbus Paget                                   | 36        |
| <b>2.4</b> | <b>Schmerzen und Verletzungen der Mamillen</b> | <b>37</b> |
| 2.4.1      | Wunde Mamillen                                 | 37        |
| 2.4.2      | Offene Mamillen                                | 37        |
| 2.4.3      | Candida/Soor                                   | 38        |
| 2.4.4      | Psoriasis                                      | 38        |
| 2.4.5      | Allergische Reaktionen                         | 39        |
| 2.4.6      | Virusinfektionen – Herpes                      | 39        |
| 2.4.7      | Raynaud-Syndrom/Vasospasmus                    | 40        |
| 2.4.8      | Milchbläschen                                  | 40        |
| 2.4.9      | Bakterielle Infektionen                        | 40        |
| <b>2.5</b> | <b>Lifestyle</b>                               | <b>41</b> |
| 2.5.1      | Tätowierung                                    | 41        |
| 2.5.2      | Piercing                                       | 41        |

|            |                                       |           |
|------------|---------------------------------------|-----------|
| <b>2.6</b> | <b>Babys mit speziellen Problemen</b> | <b>42</b> |
| 2.6.1      | Frühgeburtlichkeit                    | 42        |
| 2.6.2      | Respiratorische Probleme              | 49        |
| 2.6.3      | Reflux                                | 50        |
| 2.6.4      | Down-Syndrom                          | 50        |
| 2.6.5      | Neurologische Beeinträchtigungen      | 51        |
| 2.6.6      | Kephalhämatom                         | 51        |
| 2.6.7      | Gedeihstörungen                       | 52        |
| 2.6.8      | Lippen-, Kiefer- und Gaumenspalten    | 52        |
| 2.6.9      | Pierre-Robin-Sequenz                  | 54        |
| 2.6.10     | Choanalatresie und -stenose           | 55        |
| 2.6.11     | Ankyloglossie                         | 56        |
| 2.6.12     | Mundsoor                              | 57        |
| 2.6.13     | Neugeborenenikterus (Gelbsucht)       | 57        |
| 2.6.14     | Herzfehler                            | 58        |
| 2.6.15     | Chylothorax                           | 58        |
| 2.6.16     | Hämangiom                             | 58        |

## **3 Hilfsmittel rund um das Stillen und Füttern** 59

|            |                                                  |           |
|------------|--------------------------------------------------|-----------|
| <b>3.1</b> | <b>Hilfsmittel zur Gewinnung von Muttermilch</b> | <b>60</b> |
| 3.1.1      | Brustpumpen                                      | 60        |
| 3.1.2      | Brustmassage                                     | 64        |
| 3.1.3      | Transport- und Aufbewahrungshilfen               | 65        |

|                      |                                    |           |
|----------------------|------------------------------------|-----------|
| <b>3.2</b>           | <b>Hilfsmittel für die Mamille</b> | <b>67</b> |
| 3.2.1                | Mamillenformer                     | 67        |
| 3.2.2                | Mamillenschützer                   | 68        |
| 3.2.3                | Niplette                           | 68        |
| 3.2.4                | Stillhütchen                       | 68        |
| <b>3.3</b>           | <b>Hilfsmittel für das Kind</b>    | <b>70</b> |
| 3.3.1                | Becherfütterung                    | 70        |
| 3.3.2                | Softcup                            | 71        |
| 3.3.3                | Löffel                             | 72        |
| 3.3.4                | Pipette                            | 72        |
| 3.3.5                | Brusternährungsset                 | 72        |
| 3.3.6                | Fingerfütterung (FF)               | 74        |
| 3.3.7                | Haberman Feeder                    | 75        |
| 3.3.8                | Flaschenfütterung                  | 76        |
| 3.3.9                | Beruhigungssauger                  | 76        |
| <b>3.4</b>           | <b>Körperpflege und Bekleidung</b> | <b>76</b> |
| 3.4.1                | Stilleinlagen                      | 76        |
| 3.4.2                | Temperature Pack                   | 77        |
| 3.4.3                | Salben                             | 77        |
| 3.4.4                | Still-BH                           | 78        |
| <b>Anhang</b>        |                                    | <b>79</b> |
| Glossar              |                                    | 80        |
| Literaturverzeichnis |                                    | 84        |
| Adressen             |                                    | 87        |
| Index                |                                    | 90        |