

AB 13. SSW BIS ZUM
ENDE DER STILLZEIT



Hilfsmittel für die Stillzeit

Damit das Stillen ohne Probleme funktioniert, können einige Hilfsmittel zum Einsatz kommen. Neben Milchpumpe und Stillhütchen erleichtern auch verschiedene Kompressen den Alltag.

Milchpumpe: Wann und welche?

- Bei Milchstau
- Bei zu geringer Milchbildung
- Bei saugschwachen Kindern und Frühchen
- Bei Trinkproblemen des Kindes
- Bei aktiven/berufstätigen Müttern

Manuelle Milchpumpe	Elektrische Milchpumpe
Vergleichsweise günstig	Teurer in der Anschaffung
Durchgehendes Pumpen mit der Hand notwendig, um ein Vakuum zu erzeugen	Motor übernimmt das Pumpen
Bei gelegentlichem Abpumpen geeignet	Bei häufigem Abpumpen geeignet
Zum Ende der Stillzeit geeignet, wenn die Milchmahlzeiten reduziert werden	

Stillhütchen: Auf die Größe kommt es an

- Meist aus Silikon
- Erleichtert dem Baby das Fassen der Brustwarze
- Schutz für die Brustwarze der Mutter
- Sinnvoll bei besonderer Brustwarzenform (Flach- und Hohlwarzen)
- Richtige Größe auswählen (Durchmesser der Brustwarze beachten, nicht Größe des Vorhofs)
- Auswahl zwischen konischen und kirsCHFörmigen Stillhütchen

Thermokompressen für die Brust

- **Warm:** Anregung des Milchflusses, Entspannung der Brust
- **Kalt:** Hilfe bei Schmerzen und Schwellungen der Brust

Stilleinlagen für den BH

- Helfer zum Auffangen von Milch im Alltag
- Vermeidung unschöner Flecken auf der Kleidung
- Je nach Material zur Einmal- oder Mehrfachverwendung