

Häufige Probleme rund um das Stillen

Dr. med. Anne-Catherina Girard, Luzern, und Dr. med. Benno Eggenschwiler, Küssnacht a.R., behandelten in diesem Seminar die wichtigsten Probleme und Fragen, mit denen stillende Frauen oft ihren Hausarzt oder Gynäkologen aufsuchen.

Iris Irène Bachmann

Der Anteil der gestillten Kinder hat in den letzten 30 Jahren kontinuierlich zugenommen. Dazu haben sicherlich die gesundheitlichen Vorteile für den gestillten Säugling sowie die intensive Beratung der Mütter beigetragen. Es gibt nur wenige Kontraindikationen für das Stillen (Tab. 1) und es darf sogar bei blutiger Mamille, Fieber der Mutter und (abszedierender) Mastitis weitergestillt werden. Tabelle 2 zeigt einige häufige Stillprobleme und deren Ursachen.

Tabelle 1. Kontraindikationen für das Stillen.

beim Kind	Galaktosämie
bei der Mutter	Agalaktie
	maligne Brusterkrankungen
	Medikamente (z.B. Chemotherapie)
	aktive Tuberkulose
	Brustentzündung (nur bei starken Schmerzen)
	Drogenabusus
	HIV-Infektion (Ausnahme: Entwicklungsländer)

Tabelle 2. Die häufigsten Stillprobleme.

Problem	Ursache(n)
Saugverwirrung des Kindes	Zu frühe, zu häufige Flaschenernährung, zu frühe Verwendung von künstlichen Saugern (Nuggi)
Entzündete Brustwarzen	Falsches Ansetzen, zu langes Saugen an der Brust, Soorinfektion (Kind: enoraler Soor)
Milchstau	Zu kurzes Stillen, zu lange Intervalle, zu hohe Milchproduktion
Mastitis	<i>S. aureus</i> , <i>E. coli</i> , Streptokokken. Prädisponierende Faktoren: Milchstau, Rhagaden der Mamille

Tabelle 3. Medikamente zum Abstillen.

Wirkstoff	Vorteil	Nachteil	Dosierung (mg/d)
Bromocriptin	Weiterstillen «bis zum Schluss» möglich	häufig Nebenwirkungen	1. Tag: 2×1,25 2.–15. Tag: 2×2,5
Cabergolinum	Sehr gut verträglich	noch vorhandene Milch muss verworfen werden	1.–2. Tag: 2×0,25

Wie häufig soll frau stillen?

Im Vergleich mit anderen Säugetieren hat die menschliche Milch einen bescheidenen Fettanteil von 7% (z.B. Seelöwe: 53%). Deshalb sollte alle zwei bis vier Stunden während 10–20 Minuten pro Brust gestillt werden. Um einem Milchstau vorzubeugen, sollte das Kind jede Brust vollständig austrinken oder die restliche Milch abgepumpt werden.

Wenn die Brust schmerzt

6% der Frauen entwickeln im Verlauf der Stillperiode eine Mastitis. Dabei dominieren vor allem lokale Entzündungszeichen und Schmerzen, aber auch Fieber (>38,5°C) und ein allgemeines Unwohlsein gehören zum Bild der Brustentzündung. Therapeutisch wird die Mastitis mit Penicillase-resistenten Penicillinen oder Cephalosporinen der ersten Generation angegangen. Bei einer Penicillin-Allergie kann Erythromycin oder Clindamycin eingesetzt werden. Lokal helfen kühlende Kompressen. Auf jeden Fall sollte die Brust beim Stillen jeweils vollständig ausgetrunken oder die verbleibende Milch abgepumpt werden. Nicht selten kompliziert sich die Mastitis durch die Bildung eines Abszesses, der chirurgisch inzidiert werden muss.

Möchte die Frau die Stillzeit beenden, stehen ihr verschiedene Methoden zur Verfügung. Sie kann die Stillintervalle verlängern und so die Milchproduktion natürlich drosseln oder medikamentös abstillen (Tab. 3). Das Hochbinden der Brust sowie Kampferumschläge sind längst überholte Methoden und werden heute nicht mehr empfohlen.

Unerwünschter Milchfluss: Galaktorrhoe

Die nicht puerperale Sekretion von Milch (Galaktorrhoe) ist bis ein Jahr nach dem Abstillen bei sonst fehlenden Beschwerden physiologisch und muss nicht behandelt werden. Als Ursachen einer pathologischen Galaktorrhoe kommen folgende Faktoren in Frage:

- Manipulation der Brustwarze,
- Medikamente (Psychopharmaka, Antihypertensiva),
- Hypothalamus-/Hypophysentumore (Hyperprolaktinämie),
- Hypo-/Hyperthyreose,
- seltene Ursachen wie ektope Prolaktinproduktion bei Bronchial-/Nierenzellkarzinom, Thoraxwandtrauma.

Antikonzepktion in der Stillzeit

Der Pearl-Index (Beurteilungsmass für die Zuverlässigkeit der Kontrazeptionsmethoden, Zahl der ungewollten Schwangerschaften während 100 Frauenjahren) der Laktationsamenorrhoe reicht von 2–10. Es ist deshalb angezeigt, während der Stillzeit eine Antikonzepktion durchzuführen, wenn man einer Schwangerschaft effektiv vorbeugen will. Dazu eignen sich neben verschiedenen mechanischen Methoden (Kondome, Spirale usw.) auch einige hormonale Präparate (Tab. 4).

Tabelle 4. Antikonzepktion in der Stillzeit.

Methode	Nebenwirkung	Besonderes
Niedrig dosierte Gestagenpille	Blutungsunregelmässigkeiten	muss zeitlich sehr genau eingenommen werden
Desogestrel (Progestagen)	Amenorrhoe	muss nur auf 12 h genau eingenommen werden
Östrogen-Gestagen-Pille	vermindert die Milchsekretion	nicht zu empfehlen