

# Natürlich – auf Umwegen?



© dam13 / fotolia.com

Manche Mütter bilden nach der Geburt zu wenig Muttermilch. Diese ist jedoch besonders für Frühchen lebenswichtig. **Spendermilch** kann helfen, die Kleinen dennoch optimal zu ernähren.

**D**ie gesündeste Kost für Neugeborene ist die Muttermilch. Jedoch sind Mütter von zu früh auf die Welt gekommenen Kindern häufig nicht in der Lage, genug eigene Milch zu bilden. Die Gründe hierfür sind vielfältig: Sie reichen von der akuten Belastungssituation

über mütterliche Vorerkrankungen bis hin zu schweren operativen Entbindungen oder Präeklampsie. Säuglinge müssen in diesen Fällen auf das wertvolle Nahrungsmittel verzichten. Muttermilch ist aber gerade für Frühchen notwendig, weil sie die Neugeborenen ab der ersten Lebensstunde mit Nährstoffen und Substan-

zen zum Aufbau des Immunsystems versorgt. Außerdem beschleunigt sie die Reifung der Darmwand, sodass Infektionen wie die sogenannte nekrotisierende Enterokolitis (NEC) ausbleiben. Darüber hinaus stellte man in einer Studie fest, dass höhergradige Netzhautveränderungen in den Augen Frühgeborener, die Muttermilch erhielten, seltener auftraten.

**Hilfe durch Spendermilch** Muttermilchbanken haben den Zweck, Frühchen adäquat zu versorgen. Gesunde Frauen, die Überschüsse an Milch produzieren, können diese hier abgeben. Das Produkt wird auf Krankheitserreger untersucht, pasteurisiert und in einem Gefrierschrank eingefroren. Schließlich dient die gespendete Milch dazu, den Babys die Zeit zu überbrücken, bis die eigene Mutter selbst ausreichend davon bildet – für Mutter und Kind eine gute Lösung. Nur wenige Frauen stehen der Verwendung fremder Muttermilch skeptisch gegenüber. Sie fühlen sich als Mutter unzureichend oder befürchten, die fremde Nahrung könne unliebsame Eigenschaften auf ihr Kind übertragen.

**Strenge Kontrollen** Das Vorgehen der Lagerung, Ausgabe, Testung und Spende ist dem Verfahren der Blutspende sehr ähnlich. Nach einer schriftlichen Einwilligung werden Mütter, die über eine ausreichende Milchproduktion verfügen, auf Erkrankungen wie Hepatitis B/C, CMV oder HIV untersucht. In der Klinik wird die Spendermilch unter höchsten hygienischen Standards entnommen und mikrobiologisch überprüft. Daraufhin wird sie pasteurisiert und eingefroren. Vorsicht: Von Muttermilchtauschbörsen im Internet sollte unbedingt Abstand genommen werden, denn man weiß nicht, woher die Spenden stammen. Sie können Bakterien oder Viren enthalten und dem Säugling schaden.

**Erste Bank in NRW** Am Klinikum Dortmund hat am 5. August die erste Muttermilchbank in Nord-

rhein-Westfalen, welche im Perinatalzentrum des Krankenhauses angesiedelt ist, eröffnet. Eine weitere Vorratsbank gibt es in München, mehr als zehn befinden sich in Ostdeutschland, wo die Einrichtungen schon lange Tradition haben. Bislang kaufte das Frühgeborenenzentrum in Dortmund etwa 20 Liter pro Jahr von einer Bank in Leipzig. Der restliche Bedarf wurde über industrielle Milch gedeckt.

**Kostbares Gut** Bereits während der Schwangerschaft beginnt die Brust damit, sich auf die Laktation vorzubereiten. Der Hormonspiegel (Estrogen und Progesteron) sowie das Prolaktin aus der Hirnanhangdrüse sorgen dafür, dass die mütterlichen Brustdrüsenzellen in milchproduzierende Alveolarzel-

fließt, ziehen sie langsam und kräftig bis sie satt sind. Der Vorgang dauert in der Regel etwa 15 bis 20 Minuten.

#### **Das Geheimnis gesunder Babys**

Die WHO betont in der Publikation „Guiding principles for complementary feeding of the breastfed child“, dass eine adäquate Ernährung in den ersten Lebensjahren essenziell für die Entwicklung eines vollen menschlichen Potenzials ist. Die ersten zwei Lebensjahre sind entscheidend für die Gesundheit, das Wachstum sowie die motorische und mentale Entwicklung des Kindes, danach ist es sehr schwierig, Wachstumsrückstände einzuholen. Die Nationale Stillkommission hat im Jahre 2004 folgende Empfehlungen zum Stillen gegeben:

- ▶ Die Stillkommission betont, dass bei gestillten Säuglingen in der Phase des Übergangs vom Stillen zur Beikostfütterung und auch danach keine zusätzliche Gabe von Milchprodukten notwendig ist.
- ▶ Die WHO empfiehlt nach der Beikosteinführung eine Gesamtstilldauer von 24 Monaten. Die Stillkommission hingegen gibt mangels wissenschaftlich begründeter Basis keinen Zeitpunkt des Abstillens an, sondern sieht ihn als individuelle Entscheidung von Mutter und Kind.

#### **Nahrhafter Wundercocktail**

Über die Muttermilch erhält das Kind Eiweiße, Kohlenhydrate, Fette, Mineralstoffe und Vitamine – und zwar genau in der Zusammenset-

## »Von Muttermilchtauschbörsen im Internet sollte unbedingt Abstand genommen werden, denn man weiß nicht, woher die Spenden stammen«

len umgewandelt werden. Ab dem dritten Trimenon tritt gelegentlich Vormilch (Kolostrum) aus, die tatsächliche Milchabsonderung beginnt gewöhnlich aber erst nach der Geburt. Zunächst werden nur geringe Milchmengen gebildet, erst drei bis vier Tage nach der Entbindung steigt die Produktion. Sie richtet sich nach den Bedürfnissen des Babys, wobei man festhalten kann, dass Säuglinge durchschnittlich etwa 700 bis 800 Milliliter täglich trinken. Nach dem Abstillen fährt der weibliche Organismus die Milchproduktion innerhalb von mehreren Wochen bis Monaten auf Null zurück.

**Stillen** Die Kleinen wissen genau, wie sie rasch und effektiv an ihre Nahrung kommen: Zuerst saugen sie schnell und stimulieren dadurch den Spendereflex. Sobald die Milch dann

- ▶ Ausschließliches Stillen in den ersten sechs Monaten ist für die Mehrzahl der Säuglinge ein ausreichendes Nahrungsangebot.
- ▶ Beikost sollte nicht vor dem fünften und nicht später als zu Beginn des siebten Monats gegeben werden. Sie dient als Ergänzung zur Muttermilch.
- ▶ Die Europäische Lebensmittelbehörde (EFSA) weist darauf hin, dass im Hinblick auf den Zeitpunkt der Beifütterung die Aspekte der Nährstoff- und Energieversorgung des Kindes, Wachstum und Entwicklung sowie kurz- und langfristige Auswirkungen auf die Gesundheit berücksichtigt werden müssen.
- ▶ Mit der Gabe von glutenhaltiger Beikost sollte während der Stillzeit begonnen werden, allerdings nicht später als zum siebten Monat.

zung, die der kleine Körper benötigt. Auch Immunglobuline werden an den Säugling weitergegeben und bieten Schutz vor Erkrankungen. Man unterscheidet drei Milchstadien: Im dickflüssigen, gelblichen Kolostrum befinden sich Eiweiße, Vitamin A, E, B<sub>12</sub>, Antikörper und verhältnismäßig viel Salz. Die Vormilch ist relativ kalorienarm und für das Neugeborene leicht verdaulich. Die Übergangsmilch, auch transitorische Milch genannt, ist flüssiger und weißer. Nach etwa zwei Wochen spricht man von reifer Muttermilch, deren Zusammensetzung für die gesamte Stillzeit relativ stabil bleibt. ■

Martina Görz,  
PTA und Fachjournalistin (FJS)