

Das hilft bei wunden Brustwarzen

Richtiges Anlegen

Wunde, rissige und entzündete Brustwarzen entstehen häufig durch falsches Anlegen des Babys an die Brust. Dabei ist es egal, ob du im Sitzen oder Liegen stillst. Hauptsache, ihr habt es bequem! Wenn die Stillposition nicht stimmt, wird das Anlegen schwierig. Wichtig ist, dass dein Baby deinem Körper zugewandt ist, möglichst viel von deiner Brust erfasst und mit ausgestülpten Lippen saugt. Achte immer darauf, dass dein Baby sich etwa auf Höhe deiner Brust befindet und deinem Körper zugewandt ist (Bauch an Bauch). Ohr, Schulter und Hüfte deines Babys sollten eine Linie bilden. Dein Baby soll seinen Kopf nicht drehen müssen!

So legst du dein Baby richtig an



Schritt 1

Bring dein Baby zur Brust – nicht die Brust zum Baby! Seine Nase befindet sich etwa auf Höhe deiner Brustwarze, damit es seinen Kopf zum Trinken leicht anheben muss.



Schritt 2

Warte, bis dein Baby den Mund ganz weit öffnet. Als kleinen Anreiz kannst du seinen Mund leicht mit deiner Brustwarze berühren.



Schritt 3

Ziehe dein Kind dann schnell an die Brust, damit es die Brustwarze und einen großen Teil des Brustwarzenhofs erfassen kann.



Schritt 4

Mach den Check: Sind die Lippen deines Babys leicht ausgestülpt? Berühren beim Saugen Babys Kinn und Nase deine Brust? Ohr, Schulter und Hüfte bilden eine Linie? Perfekt!

10 goldene Regeln

bei gereizten, wunden oder rissigen Brustwarzen

1. Das natürliche Saugverhalten des Babys kann mit viel Hautkontakt in einer ungestörten Umgebung trainiert werden. Ziehe dich am besten bewusst zurück, und kuschle dich mit deinem Baby zusammen ins Bett!
2. Wenn du Schmerzen beim Stillen hast, löse umgehend den Saugschluss deines Babys, indem du das Vakuum mit deinem kleinen Finger in seinem Mundwinkel löst.
3. Hol bei Problemen immer rechtzeitig den Rat deiner Hebamme, Stillberaterin oder deines Arztes ein.
4. Zieh nichts Einschnürendes an und verzichte so oft es geht auf einen BH. Am besten lässt du ganz viel Luft an deine Brust!
5. Achte darauf, dass deine Stilleinlagen nicht feucht sind und wechsele sie bei Bedarf regelmäßig.
6. Rege den Milchfluss vor dem Stillen mit einer warmen, nassen Kompresse an. Dein Baby muss dann weniger kräftig saugen.
7. Positioniere die Wunde an der Brustwarze immer im Mundwinkel des Babys.
8. Falls du abpumpst, achte auf den korrekten Sitz der Brusthauben.
9. Nutze Muttermilch als natürliches Pflegemittel: Wisch ausgelaufene Muttermilch nicht ab, sondern lass sie an der Luft trocknen. Die in der Muttermilch enthaltenen Enzyme wirken pflegend und entzündungshemmend.
10. Stille eventuell häufiger und dafür kürzer. Leg dein Baby zuerst an der weniger empfindlichen Brust an.

Kleine Helfer – Große Wirkung

Empfindliche Brustwarzen durch das Stillen sind nach der Geburt völlig normal. Schließlich muss sich deine Brust erst an ihre neue Aufgabe gewöhnen und dein Baby muss lernen, richtig zu trinken. Wenn deine Brustwarzen aber wund und rissig werden, ist schnelle Hilfe gefragt.



Hydrogel Pads

Soforthilfe bei wunden und rissigen Brustwarzen. Hydrogel Pads basieren auf dem Prinzip der feuchten Wundheilung und unterstützen so den Heilungsprozess. Je nach Bedarf, erhöhen sie den Feuchtigkeitsgehalt bei zu trockener Haut oder absorbieren überschüssige Feuchtigkeit. So sorgen sie jederzeit für ein optimales Wundheilungsmilieu. Die Pads sind einzeln steril verpackt und können innerhalb von 24 Stunden wiederverwendet werden.

Tipp: Wenn du sie im Kühlschrank aufbewahrst, kühlen und lindern sie außerdem direkt beim Auflegen.



Safe & Dry™ Ultra Thin Einweg-Stilleinlagen

Ultradünn und auslaufsicher: Die Ultra Thin Einweg-Stilleinlagen sind mit nicht mal 2 mm sehr diskret und passen sich mit ihrer innovativen ovalen Form sanft deiner Brust an. Dabei decken sie bewusst eine größere Fläche unterhalb deiner Brustwarze ab, um die Feuchtigkeit dort aufzunehmen, wo du es am meisten brauchst. Mit dem saugfähigen, mehrlagigen Polymer-Kern, dem flexiblen seitlichen Auslaufschutz und der weichen, hypoallergenen Innenseite sind die Stilleinlagen ideal für jeden Tag. Einzeln verpackt, für hygienischen Transport.



Purelan™ Brustwarzencreme

Beruhigt und pflegt gereizte, trockene Brustwarzen und hilft dabei, den natürlichen Feuchtigkeitshaushalt der Haut wiederherzustellen. Purelan besteht aus 100 Prozent ultrareinem Lanolin (Wollwachs), ist dermatologisch getestet, hypoallergen und frei von künstlichen Zusatz- und Konservierungsstoffen. Die Creme muss daher vor dem Stillen nicht entfernt werden.

Tipp: Purelan ist auch zur Pflege zarter, trockener Babyhaut geeignet.



Contact™ Brusthütchen

Ermöglichen das Stillen bei wunden oder rissigen Brustwarzen sowie bei Flach- oder Hohlwarzen. Ihre spezielle Form sorgt für größtmöglichen Hautkontakt zwischen dir und deinem Baby. Die Brusthütchen sind in drei Größen erhältlich und werden mit einer handlichen Aufbewahrungsbox geliefert.



Brustwarzenschutz

Bewahrt deine wunden oder rissigen Brustwarzen vor Reibung und schützt sie vor und nach dem Stillen. Die weiche, flexible Silikonmembran ist angenehm auf der Haut und passt sich deiner Brustform an. Die Öffnung des Brustwarzenschutzes positionierst du direkt über deiner Brustwarze.

Medela Stillprodukte sind in Apotheken, im Drogeriemarkt, Sanitätshäusern, im Babyfachhandel und Online erhältlich.