



Empfehlungen zur Brustmassage – ein Statement

Seit einigen Jahren empfehlen wir in unseren Seminaren und Vorträgen eine verstärkte Beachtung der präventiven und therapeutischen Möglichkeiten von Brustmassagen in den ersten Tagen. Die Rückmeldungen aus der Praxis, die wir von Kliniken und wiederkehrenden TeilnehmerInnen unserer Fortbildungsveranstaltungen erhalten, sind durchwegs positiv und decken sich mit den Empfehlungen und Erfahrungen namhafter Still- und Laktationsberaterinnen und Autorinnen wie Ruth Lawrence, Marsha Walker, Judith Lauwers etc.

Die 10 Schritte der BFHI-zertifizierten babyfreundlichen Krankenhäuser beinhalten die Anforderung, Mütter zur Entleerung ihrer Brust von Hand anzuleiten – eine Brustmassage geht dieser Entleerung meist voraus und wird daher in diesen Kliniken bereits seit Längerem erfolgreich jeder Frau vermittelt. Dies ist sehr sinnvoll, denn leichte Brustmassagen unterstützen die Ausschüttung von Oxytocin und helfen so, die Milchbildung schneller zu etablieren.

Es ist heute selbstverständliche Praxis und Standard jeder modernen Geburtsklinik, dass Frauen, die stillen möchten, vorab oder kurz nach der Geburt zum korrekten Anlegen und über die verschiedenen möglichen Stillpositionen informiert und praktisch angeleitet werden. Diese Maßnahmen dienen den Frauen als Hilfestellung für den Start und informieren sie umfassend – wie wir wissen, ist korrekte Information ein wesentlicher Beitrag zu einer gelingenden und länger andauernden Stillbeziehung. Trotz dieser Maßnahmen ist gleichzeitig allen Beteiligten bewusst, dass es die verschiedensten Brustformen, Mundformen und Vorlieben von Mutter und Baby gibt und dass der individuelle Weg, den jedes Stillpaar gemeinsam beschreitet, innerhalb einer großen Bandbreite an Möglichkeiten liegt. So wird man jede Frau zunächst in Grundzügen anleiten und ihr Tipps zum Anlegen anbieten, dennoch wird man nicht in das Geschehen eingreifen, wenn alles funktioniert und die Stillbeziehung gut anläuft. Im späteren Verlauf der Stillbeziehung werden Mutter und Kind ganz eigene Stillpositionen und Anlegetechniken entwickeln, die vielleicht sogar von unseren ursprünglichen Empfehlungen abweichen mögen – solange es funktioniert und Mutter und Kind sich wohlfühlen, wird dies Niemanden dazu veranlassen, in irgendeiner Form einzugreifen.

Uns erscheint es logisch, diese Vorgehensweise ebenso auf die Anleitung zur Brustmassage zu übertragen. Wenn wir alle Frauen im Vorfeld oder rund um die Geburt über die Vorteile einer kurzen oxytocinsteigernden Brustmassage informieren und sie mit den grundlegenden Handgriffen vertraut machen, bieten wir ihnen Informationen und Hilfestellung für die erste Zeit. Sobald das Bonding gelungen ist, die Milchbildung gut in Gang kommt und sich die Stillbeziehung etabliert hat, werden sich Mutter und Kind individuell für ihren eigenen Weg entscheiden und Brustmassagen nur noch manchmal oder gezielt zu bestimmten Zwecken einsetzen. Die Vertrautheit im Umgang mit ihrer eigenen Brust und das Wissen um die Möglichkeiten der eigenen Hände sind jedoch unbestreitbar Vorteile für jede Stillende.

Übrigens: selbstverständlich gehen wir davon aus, dass die Anleitung zur Brustmassage ebenso wie die Anleitung zum korrekten Anlegen durch Demonstration und verbale oder bildliche Erklärungen erfolgt und die Mutter selbst die Massage an ihrer eigenen Brust durchführt. In besonderen Einzelfällen kann eine Pflegekraft sie hierbei mit einem zweiten Paar Hände unterstützen, wenn dies vorab einfühlsam kommuniziert wird und die Mutter in ihrem Selbstvertrauen gestärkt wird.

Außer der kurz durchgeführten oxytocinsteigernden Kolostrummassage sind noch weitere Methoden der Brustmassage bekannt und können zu speziellen Zwecken therapeutisch eingesetzt werden – z.B. die Reverse Softening Pressure Methode bei starker initialer Brustdrüschwellung.

Die Anwendungsgebiete und Möglichkeiten dieser Methoden finden Sie detailliert auf unserer [Fachseite zur Brustmassage](#) im Internet.