



Anwendung und Wirkung von oxytocinsteigernden Brustmassagen

Brustmassagen haben ein breit gefächertes Anwendungsgebiet und können für ganz spezielle Probleme eingesetzt werden. Ihnen allen gemeinsam ist eine Steigerung der Oxytocinausschüttung im Körper der Frau bzw. Mutter. Je nach Massagetechnik ist dies der Hauptzweck der Massage (z.B. Kolostrummassage, Massage nach Marmet), bei einigen Massagen (z.B. Tiefdruckmassage, RPS-Massage) stehen andere Wirkungen im Vordergrund.

Eine generelle Oxytocinanregung in den ersten beiden Tagen postpartum ist bei allen Frauen mit Stillwunsch hilfreich: die Bindung zum Kind, das Anlegen an der Brust, der Milchspendereflex, die Milchmenge und das Gewinnen von Muttermilch per Hand oder Pumpe werden dadurch positiv beeinflusst. Daher sollte allen Müttern dieses einfache und kostenneutrale Hilfsmittel gezeigt werden.

Ein gesundes Neugeborenes ist im Normalfall wach und aktiv, es zeigt häufige Stillzeichen und will an die Brust. Korrekt angelegt saugt es genügend lang und ausdauernd. Eine vorbereitende Brustmassage zur Oxytocinsteigerung direkt vor dem Anlegen an die Brust hat viele Vorteile: häufig sind die Mamillen in den ersten Tagen noch empfindlich, besonders zu Beginn des Stillens. Die ersten Sekunden oder Minuten bevor der Milchspendereflex einsetzt empfinden Mütter oft als unangenehm oder schmerzhaft, insbesondere beim ersten Kind. Durch die Oxytocinausschüttung mittels einer vorbereitenden Brustmassage setzt der Milchspendereflex rascher ein, das non-nutritive Saugen verkürzt sich. Schläfrige oder hypotone Kinder werden durch den rascheren Milchfluss und die aus der Brust schon vor dem Anlegen austretenden ersten Tropfen wacher und bleiben ausdauernder an der Brust.

Positive Berührung

Häufig wird die Berührung der Brust in unserer Gesellschaft mit Sexualität in Verbindung gesetzt oder mit einer ärztlichen Untersuchung der Brust als Prävention gegen Brustkrebs. Eine Brustmassage ist eine Möglichkeit für die Mutter, mit ihrer Brust vertraut zu werden, Veränderungen selbst zu bemerken, positive Empfindungen mit der Brust zu verbinden und achtsam mit ihr umzugehen. Alle diese Punkte begünstigen den Stillerfolg.

Stabilisierung des Blutzuckerspiegels

Für alle Babys ist es ideal, wenn sie Kolostrum innerhalb der ersten beiden Lebensstunden erhalten, jedoch profitieren Babys mit einem erhöhten Risiko für Hypoglykämie ganz besonders von einer Frühfütterung mit Kolostrum bereits 30 Minuten nach der Geburt. Zu diesem Zeitpunkt sind wenige Babys bereit, schon zu trinken, darum ist eine Brustmassage zur Oxytocinanregung eine hilfreiche Möglichkeit, um anschließend einige Tropfen des wertvollen Kolostrums von Hand gewinnen zu können. Die frühe Kolostrumgabe wirkt anregend auf das Baby, so dass es schneller bereit ist, selbst zu trinken. Außerdem wirkt sie stabilisierend auf den Blutzuckerspiegel wodurch eine frühe Zufütterung häufig vermieden werden kann.



Es ist günstig, Müttern, die einen Schwangerschaftsdiabetes entwickelt haben oder aus anderen Gründen zu der Risikogruppe gehören, bereits vor der Geburt auf diese Möglichkeit hinzuweisen. Hierzu finden Sie weitere Informationen auf unseren Fachseiten zu den Themen [„Diabetes in Schwangerschaft und Stillzeit“](#) und [„Hypoglykämie beim Neugeborenen“](#).

Unterstützung eines guten Stillbeginns

Stillen beginnt mit dem Bonding gleich nach der Geburt, also dem ununterbrochenen Hautkontakt zwischen Mutter und Kind bis das Baby sich zur Brust bewegt und das erste Mal trinkt. Idealerweise schließt das Baby das Bonding ganz selbständig innerhalb der ersten zwei Stunden postpartum durch das Stillen ab. Nicht immer verläuft der Beginn für Mutter und Kind so optimal, manche Kinder sind zu erschöpft nach der Geburt, beeinträchtigt von Medikamenten oder sie können noch nicht trinken, weil sie Fruchtwasser geschluckt haben. Es sind auch nicht alle Mütter nach der Geburt gleich in der Lage, ihrem Kind die Brust zu geben.

Um auch für diese Mutter-Kind-Paare einen guten Stillbeginn zu gewährleisten, ist das häufige, ausgiebige Re-Bonding und die oxytocinsteigernde Brustmassage mit anschließendem Gewinnen und Verabreichen des stabilisierenden, immunstoffreichen, verdauungsfördernden, mineralstoffreichen und schützenden Kolostrums eine ideale Möglichkeit, das Stillen zu initiieren und die rasche Erholung des Kindes zu unterstützen. Im besten Fall wird dies mit Unterstützung der Hebammen und Pflegenden von Beginn an so häufig praktiziert, wie das Baby üblicherweise stillen würde. Dadurch kommt die Milchbildung rascher in Gang und die zusätzliche Gabe von Formulanahrung kann meist vermieden werden. Wenn dem Kolostrum so große Bedeutung beigemessen wird, wird Eltern damit auch signalisiert, dass Muttermilch und ihr Beitrag zum Gedeihen des Babys unersetzlich ist. Sollten Mutter und Kind getrennt sein, dann kommt dieser Art der Unterstützung des Kindes noch mehr Bedeutung zu.

Ein Baustein, der flexibel eingesetzt werden kann

Brustmassagen ebenso wie das Entleeren von Kolostrum von Hand sind selbstverständlich nur Teile der vielfältigen Bausteine für einen guten Stillbeginn und müssen nicht in jeder Situation durchgeführt werden. Wenn Mutter und Kind in den ersten Tagen in engem Hautkontakt verbleiben, das Anlegen gelingt und die Milch gut fließt, ist der Stillstart geglückt und die oxytocinsteigernden Massagen sind bald nicht mehr nötig.