



EISL-Statement:

Wundmanagement bei wunden Mamillen und der Einsatz von Lanolin

Das Wichtigste in Kürze:

- Das Prinzip der „feuchten Wundheilung“ wird auch als „moderne“ oder „aktive“ Wundheilung bezeichnet und bildet den aktuellen Stand der Wissenschaft zur Wundpflege ab
- Ziel ist es, durch eine atmungsaktive Wundabdeckung ein ideales Wundheilungsmilieu zu erhalten: die Wunde wird vor Austrocknung und eindringenden Keimen geschützt, während zugleich der Austausch von Gasen und Wasserdampf gewährleistet ist, so dass Wundsekret abtransportiert werden kann
- Hochgereinigtes Lanolin, das von verschiedenen Firmen speziell für die Pflege der Mamillen in der Stillzeit vertrieben wird, erfüllt die geforderten Eigenschaften, um eine feuchte Wundheilung zu ermöglichen
- Durch besonders intensive Reinigungsverfahren sind die speziellen Lanolin-Mamillenpflege-Produkte hypoallergen und können sowohl für die Prävention als auch für die Behandlung von wunden Mamillen eingesetzt werden
- Ein modernes Wundmanagement umfasst neben der Förderung der feuchten Wundheilung auch die Reinigung und Entlastung der Wunde durch geeignete Maßnahmen
- Die EISL-Empfehlungen zum Wundmanagement bei wunden Mamillen basieren auf wissenschaftlichen Grundlagen und werden im gesamten deutschsprachigen Raum mit Erfolg angewendet

Dieses Statement ergänzt und vertieft die Informationen auf unserer

→ [EISL-Fachseite „Wunde Mamillen und Mamillenprobleme“](#)

Feuchte Wundheilung

Bereits in den 1960er-Jahren wurde in der renommierten Fachzeitschrift „Lancet“ erstmals beschrieben, dass die bis dahin übliche Wundversorgung mit Trockenhalten und Schorfbildung zu einer schlechteren Heilung mit stärkerer Narbenbildung führt als ein Wundmanagement, das das natürliche feuchte Hautmilieu erhält. Seither haben diese Erkenntnisse nach und nach zu einem Umdenken in der Versorgung von Wunden geführt, z.B. im chirurgischen Bereich oder auch bei chronischen Wunden.

Lange Zeit hat sich die gängige Praxis zur Versorgung von wunden Mamillen den modernen Erkenntnissen entzogen, die man längst an anderen Körperstellen anwendete: wunde Mamillen wurden geföhnt und mit Teebeuteln/gerbenden Wirkstoffen und alkoholischen Lösungen behandelt.

Seit einiger Zeit hat jedoch auch hier ein Paradigmenwechsel stattgefunden. Die feuchte Wundheilung ist nicht nur grundsätzlich effektiver, sie bietet insbesondere für die Behandlung von wunden Mamillen noch einige weitere Vorteile:

- Wunden sind weniger schmerzhaft als bei klassischer Behandlung mit trockener Schorfbildung.
- Durch die Verhinderung der Schorfbildung und dem „Weichhalten“ des Gewebes wird die Wunde nicht bei jedem Stillen des Kindes erneut aufgerissen, sondern kann von unten her ausheilen.
- Auflagen aus Schaumstoff oder Gel, die in der feuchten Wundheilungspflege für andere Körperregionen mit Erfolg eingesetzt werden, können auf der Mamille einer laktierenden Frau kaum verwendet werden. Lanolin bietet hier eine hervorragende Alternative.
- Die atmungsaktive Barriere aus Lanolin bietet sowohl einen Schutz vor Keimen (sofern vor und beim Auftragen die Hygienerichtlinien befolgt werden!) als auch einen Schutz vor dem Verkleben der Wunde mit Stilleinlagen/ BH/ T-Shirt o.ä.
- Lanolin hat zudem eine regulierende Wirkung auf den Flüssigkeitshaushalt der Haut: die Mamille wird vor Austrocknen ebenso geschützt wie vor Durchnässen und Durchweichen.

Der Begriff „feuchte Wundheilung“ sorgt manchmal für Missverständnisse, weil damit die Assoziation verknüpft wird, eine „nasse“ Mamille wäre das Ziel. Einige häufig verwendete Hilfsmittel zur Behandlung von wunden Mamillen zielen auf diese Wirkung ab und durchweichen die Mamille regelrecht. Dies ist jedoch ebenso wenig zielführend wie das Austrocknen von Wunden und kann die gereizte Haut noch anfälliger für neue Verletzungen machen.

Lanolin

Hochgereinigtes Lanolin wird heute in den meisten Kliniken zur Prävention und Behandlung von wunden Mamillen eingesetzt. Immer wieder gibt es jedoch Diskussionen, die sowohl bei Eltern als auch bei Fachkräften für Verunsicherung sorgen. Es wird behauptet, Lanolin sei chemikalienbelastet, würde die Haut am „atmen hindern“ oder die Gefahr von Keimen, die in die Wunde eingeschlossen werden, erhöhen. Außerdem gab es 2023 einige Diskussionen, weil die Amerikanische Fachgesellschaft für Kontaktdermatitis Lanolin zum „Allergen des Jahres“ ausrief.

Wir möchten mit den folgenden Fakten zur Versachlichung und Aufklärung beitragen:

- Lanolin wird aus Schafwolle gewonnen und auch als „Wollwachs“ bezeichnet. Im Fell der Schafe sorgen seine wasserabweisenden und feuchtigkeitsregulierenden Eigenschaften dafür, dass die Haut der Schafe unterhalb der Wolle bei schlechten Witterungsbedingungen trocken bleibt, im Sommer aber auch Feuchtigkeit abgeben kann.
- Das Lanolin wird aus der Schafwolle durch mehrere Waschungen mit Hilfe von warmem Wasser und waschaktiven Substanzen (Tensiden) gelöst und später mit Hilfe von Zentrifugation, Filtrierung, Neutralisation und Destillation gereinigt. Dabei kommen zeitweise auch Chemikalien zum Einsatz, die den Prozess ermöglichen.
- Wenn Lanolin zur Mamillenpflege eingesetzt werden soll, wird es besonders intensiv aufbereitet, indem die sogenannten „freien Lanolin-Fettalkohole (FLA)“ entfernt werden. Diese können für allergische Reaktionen verantwortlich sein und sind deshalb in den Produkten zur Mamillenpflege nur zu maximal 3% (in manchen Produkten sogar nur zu 1%) enthalten – damit gelten diese Produkte nach dem Europäischen Arzneibuch als hypoallergen.

Lesen Sie mehr zu diesem Punkt in unserem Artikel von 11/2023:

→ [Lanolin als Allergierisiko?](#)

Die EISL-Empfehlungen zum Wundmanagement

Im Folgenden gehen wir ausschließlich auf den Aspekt „Pflege und Behandlung der Mamillen“ ein, bei gleichzeitiger Betonung, dass die beste Pflege nichts bringt, wenn nicht die Grundlagen eines guten und korrekten Stillmanagements eingehalten werden. Vertiefende Informationen zu diesem Punkt finden Sie auf unseren EISL-Fachseiten zu wunden Mamillen und zum Anlegen und Positionieren (s. *Literatur*).

Unsere Empfehlung zur Behandlung von wunden Mamillen stützt sich auf 4 Pfeiler:

Reinigung → Feuchte Wundheilung → Entlastung des Gewebes → Schmerzlinderung

1. Reinigung

Anders als im präventiven Bereich, in dem die Hautbarriere intakt ist und das Eindringen von Keimen ins Gewebe verhindert, besteht bei einer Verletzung der Haut das Risiko, dass Erreger in die Wunde eindringen können und Folge-Komplikationen nach sich ziehen.

Daher ist im Fall einer offenen Verletzung gute Handhygiene und die regelmäßige Reinigung der Wunde entscheidend für die weitere Behandlung.

Zur Reduktion der Keimbelastung wird die Mamille nach jedem Stillen z.B. mit isotonischer Kochsalzlösung oder einfach mit Wasser und Seife (ph-neutral) kurz gereinigt.

2. Feuchte Wundheilung

Nun wird mit sauberen Händen (!) Lanolin als Salbenverband (dick aufgetragener Strang) auf die Mamille aufgetragen, ohne den Strang zu verreiben.

3. Entlastung des Gewebes

Für eine gute Wundheilung sollten Blut und Lymphe ungehindert im Gewebe zirkulieren und ein Gasaustausch der Oberfläche mit der Luft stattfinden können. Um ohne Druck auf die Mamille einen BH (und Stilleinlagen) tragen zu können, empfiehlt sich die Verwendung von Brust-Donuts, die mit einfachen Mitteln selbst hergestellt werden können. Sie ermöglichen es der Mamille, geschützt und luftig im Mittelkanal des Donuts zu liegen, ohne gequetscht zu werden, was eine raschere Heilung fördert und Schmerzen durch Reibung und Druck verhindert.

4. Schmerzlinderung

Neben der Lanolin-Auflage und den Donuts, die beide bereits zu einer Schmerzreduktion beitragen, können auch stillverträgliche Schmerzmittel (Ibuprofen als Mittel der Wahl) zum Einsatz kommen. Dies kann das Weiterstillen während des Heilungsprozesses erleichtern und zur Überbrückung dienen, bis das Stillen wieder schmerzfrei möglich ist.

Bei entzündeten Mamillen mit Infektionszeichen ist das obige Management nicht ausreichend. In diesem Fall erfolgt die Reinigung mit Octenisept und eine Behandlung mit einem oder mehreren Wirkstoffen ist notwendig. Lesen Sie dazu mehr auf unserer EISL-Fachseite zu wunden Mamillen.

Literatur:

Bourdillon, Katie et al.: Multi-residue analysis of certain lanolin nipple care products for trace contaminants. BMC Chemistry 2023;17,8. <https://doi.org/10.1186/s13065-023-00919-0>

Hadley Johnson, BS; Thomas Norman, BA; Brandon L. Adler, MD; JiaDe Yu, MD.: Lanolin: The 2023 American Contact Dermatitis Society Allergen of the Year. Cutis. 2023 August;112(2):78-81. <https://doi.org/10.12788/cutis.0825> (vollständig unter: <https://cdn.mdedge.com/files/s3fs-public/CT112002078.pdf>)

Heyer, Kristina et al.: Effectiveness of advanced versus conventional wound dressings on healing of chronic wounds: systematic review and meta-analysis. Dermatology. 2013;226(2):172-84. <https://doi.org/10.1159/000348331>

Lactation Education Accreditation and Approval Review Committee LEAARC; Spencer, Becky; Hetzel Campbell, Suzanne; Chamberlain, Kristina: Core Curriculum for Interdisciplinary Lactation Care. Second Edition, Burlington: Jones and Bartlett, 2024

Lauwers, Judith; Swisher, Anna: Counselling the nursing mother - A lactation consultant's guide. Seventh Edition, Sudbury: Jones and Bartlett, 2021

Lawrence, Ruth A.; Lawrence, Robert M.: Breastfeeding - A Guide for the Medical Profession. Ninth Edition, Maryland Heights, Missouri: Elsevier, Mosby, Inc., 2022

Protz, Kerstin: Moderne Wundversorgung. 10. Auflage, München: Elsevier Verlag, 2022

Vanscheidt, Wolfgang: Wundheilung – Feucht ist besser. Pharmazeutische Zeitung 29/2010. <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/ausgabe-292010/feucht-ist-besser/>

Walker, Marsha: Breastfeeding Management for the Clinician - Using the Evidence. Fifth Edition, Sudbury: Jones and Bartlett, 2023

Wambach, Karen; Spencer, Becky: Breastfeeding and Human Lactation. Sixth Edition, Sudbury: Jones & Bartlett, 2021

Weissman, Gina et al.: The effectiveness of polymeric membrane dressing breast pads vs. lanolin ointment in relieving breastfeeding-induced nipple pain among postpartum women : A quasi-randomised clinical trial. Breastfeeding Review. 2024 ; Vol. 32, No. 1. pp. 6-15. <https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.T2024032200014301828669735>

Wilson-Clay, Barbara; Hoover, Kay: The Breastfeeding Atlas. Seventh Edition, Manchaca, Texas: Lact News Press, 2022

Wohlrab, Johannes et al.: S2k-Leitlinie zum Gebrauch von Präparationen zur lokalen Anwendung auf der Haut (Topika). Deutsche Dermatologische Gesellschaft e.V. (DDG). AWMF Nr. 013-092. Letzte Aktualisierung 2017, derzeit in Überarbeitung. <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/013-092>

EISL-Fachseiten: <https://www.stillen-institut.com/de/fachinformationen.html>

