

# Behandlung von Wunden, rissigen Mamillen

Bei offenen Wunden ist eine gute **Handhygiene** wichtig. Reinigung und Wundabdeckung unterstützen die Heilung und die primäre Prävention von Infektionen. Mastitiden treten häufiger in Folge von Wunden Mamillen an. Wichtigste Maßnahmen bleiben: Auslösen des Milchspendereflezes vor dem Anlegen, korrektes Anlegen, gutes Stillanagement!

## 1. Reinigung der Wunde: Milch- und Plasmaplastbestandteile, Bakterien und Zerfallsprodukte entfernen

- Spülung mit physiologischer Kochsalzlösung (gut für den Kleinkörper geeignet)
- Im häuslichen Bereich regelmäßiges Abwaschen mit warmem Wasser und Seife (mild, neutral)
- Bei Entzündungszeichen antiseptische Behandlung, z.B. mit Octenisept

## 2. Pflegemaßnahmen: Wundabdeckung zum Erhalt des physiologischen Milieus (feuchte Wundheilung), Schutz vor weiteren Reizen (Druck, Reibung, Hitze, Kälte)

- Muttermilch auf Mamillen und Areola verstreichen (auf saubere Hände achten!)
- Salbenverband mit hochgereinigtem Wollfett/ Lanolin (z.B. Lansinoh®), dick aufgetragen
- Schutz der Mamille durch Auflage von **Brust-Donuts**, Brustschilder aus Kunststoff eher meiden
- Bei Bedarf Schmerzmedikation, erste Wahl ist Ibuprofen
- Im Einzelfall und mit guter Überlegung und korrekter Verwendung: Einsatz eines Stillhütchens
- Zurückhaltend und nur bei korrekter hygienischer Anwendung: Multi-Mam®-/ Hydrogel-Kompressen
- Eventuell als Ergänzung zum Wundmanagement: Lasertherapie durch eine Fachkraft

# Zusätzliche Maßnahmen bei Infektion/ schlechter Heilung

- Handhygiene und antiseptische Behandlung sind unerlässlich, z.B. mit Octenisept®
- Genaue Diagnosestellung durch Fachpersonen ist notwendig, Differentialdiagnose beachten (s.u.)
- Folgende Maßnahmen erfordern eine ärztliche Verordnung:
  - Bei Infektion ist antibiotische Salbe indiziert, z.B. Bactroban® (Core Curriculum, 2023/2024; Walker, 2019:50)
  - Der kurzzeitige Einsatz einer Kombination aus Cortison und Antibiotikum (Antimykotikum) als topische Anwendung im Mamillen-Areola-Bereich kann bei schwierigeren Fällen angezeigt sein: z.B. Decoderm®comp, Vobaderm® oder Decoderm®tri Creme (Core Curriculum, 2023/2024; Walker, 2019:99f)
  - Orale Antibiose kann in Einzelfällen zusätzlich notwendig sein, insgesamt scheint jedoch ein zurückhaltender Einsatz ratsam (Auswirkung auf das mütterliche Mikrobiom)
- Besonderes Augenmerk auf ggf. mögliche Differentialdiagnosen wie **Vasospasmus** (schlechte Durchblutung stört die Heilung), sowie zusätzliche Symptome innerhalb der Brust (Stechen/Brennen kann z.B. Hinweis auf **subakute Mastitis** sein)
- Eine oberflächliche Soor-Infektion scheint in Einzelfällen vorzukommen, sofern in der Anamnese mehrere Zeichen für eine Candida-Infektion vorliegen. In diesem Fall: Auftragen eines topischen Antimykotikums wie Miconazol® (Lawrence, 2022:454ff)
- Ergänzende Maßnahmen zur allgemeinen Brustgesundheit, z.B. über gesunde Ernährung und Einnahme von Probiotika (Präparate mit Lactobacillus fermentum + Lactobacillus salivarius)

[www.stillen-institut.com](http://www.stillen-institut.com)

Informieren Sie sich auch auf unserer **Webseite** im Bereich **Fachwissen** → **Fachinformationen**

# Erste Hilfe bei Wunden Mamillen



Wunde Mamillen und Schmerzen an der Brust gehören zu den Situationen, die eine sofortige Unterstützung und Linderung benötigen, um das Stillen weiter zu ermöglichen und das Risiko für ein frühzeitiges Abstillen zu reduzieren. Schmerzhafte Mamillen, insbesondere offene Wunden und Verletzungen, sollten mit einem professionellen Wundmanagement nach neuesten Erkenntnissen behandelt werden, was zu einem schnelleren Heilungserfolg beiträgt und das Risiko einer Infektion verringert.

Zur Behandlung von Wunden Mamillen gibt es unterschiedliche 'Heimtipps', die jedoch häufig mehr schaden als nützen – z.B. Cremes, die man vor dem Stillen wieder abwischen muss und dadurch die Mamille noch mehr reizen, oder austrocknende Verfahren, die die Haut noch spürbarer rissiger machen.

In dieser Broschüre haben wir für Sie unsere Empfehlungen zusammengestellt, die auf evidenzbasierten Erkenntnissen und Erfahrungen von anerkannten Experten beruhen.

 **Europäisches Institut für Stillen und Laktation**

© 2023 Europäisches Institut für Stillen und Laktation (ZVR-Nr. 757594024)

# Prävention und Lösungsansätze bei Reizungen

- **Korrektes Anlegen und Positionieren als wichtigste Maßnahme und Prävention!**
- **Intuitives Stillen ist der beste Wahl: Kind und selbst Brust, saugt effektiver und meist korrekt**
- **Weitere günstige Stillpositionen: Rückenhaltung, Hüfchenhaltung**
- **Rasches Auslösen des Milchspreudreflexes durch Brustmassage vor dem Stillen**
- Unterstützen/ Formen der Brust bei Bedarf, Brust nicht zu voll werden lassen, frühzeitig anlegen
- Stillen nach Bedarf, lange genug und häufig genug anlegen, event. Wechsel stillen
- Gutes Management der Initialen Brustdrüsenentzündung (Mehrschuss, ...)
- Hygiene und korrekte Pflege der Mamillen: Mit sauberen Händen Muttermilch auftragen und trocknen lassen, bei leichten Reizungen hochgereinigtes Wollfett, Lanolin dünn auftragen
- Mamillen trocken halten, aber Austrocknung verhindern
- Keine Stilleinlagen in den ersten Tagen, Luftzufuhr und optimale Blutzirkulation sicherstellen
- Falls eine Pumpe verwendet wird: auf korrekte Trichtergröße und angemessenes Vakuum achten
- Keine Verwendung von Schnullern und Flaschen, bis das Stillen gut etabliert ist

Einige Mythen halten sich hartnäckig, zum Beispiel, dass zu langes Anlegen des Kindes zu wunden Mamillen führt. Bei einer korrekten Anlegetechnik ist jedoch keine Einschränkung der Stillzeit nötig. Eine zeitliche Begrenzung hingegen kann zu einer verringerten Milchproduktion und Gedeihstörungen beim Baby führen. Idealerweise beendet das Baby die Stillmahlzeit. Falls ausnahmsweise die Mutter das Kind von der Brust nehmen möchte, sollte zuerst das Vakuum mit dem kleinen Finger gelöst werden.

Neben einer guten Pflege ist es vor allem in den ersten Tagen empfehlenswert, zum Schutz und zur Schmerzverringerung zwischen den Stillmahlzeiten sogenannte **Brust-Donuts** zu tragen. Sie verhindern ein Eindrücken/ Verformen der Mamille, ermöglichen eine gute Luftzirkulation und verbessern die Durchblutung des Mamillen-Areola-Bereichs, was eine rasche Wundheilung fördert.

Brust-Donuts können mit einfachen Mitteln selbst hergestellt werden, vor allem für den häuslichen Gebrauch. In manchen Kliniken werden industriell vorgefertigte Donuts verwendet.

## Der Wiener Brust-Donut

**Benötigte Utensilien:** Schlauchverband 6 cm Breite, mehrere beliebige Einweg-Stilleinlagen



1 3 - 4 Stilleinlagen pro Donut



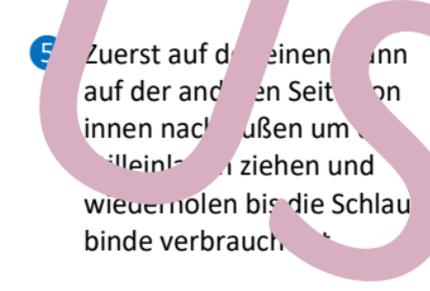
2 Jede Stilleinlage einmal falten und die Mitte heraus-schneiden...



3 ... so dass nur ein Ring übrig bleibt



4 Die Stilleinlagen auf ein ca. 25 - 30 cm langes Stück Schlauchverband auffädeln



5 Zuerst auf die eine Seite durch den Ring auf der anderen Seite durch den Ring ziehen und wiederholen bis die Schlauchbinde verbraucht ist



Fertig!

Fotografie: © Gudrun von der Ohe, IBCLC