

Kennenlernen und Weg zum Stillen

Paul ist am 2.11.2010 als kräftiges, gesundes Baby zur Welt gekommen. Leider hat er postpartal eine Lungenentzündung entwickelt, die er aber innerhalb weniger Tage dank optimaler Behandlung in der Landesfrauen- und Kinderklinik Linz ohne große Schwierigkeiten überstanden hat.



Die ersten Tage mit ihm waren einerseits von großer Erleichterung geprägt, dass ich trotz seiner Lippen-Kiefer-Gaumenspalte (einseitig links) sehr glücklich war, ihn in Händen zu halten, andererseits war die Frage im Raum, wie es gelingen würde, meinen großen Wunsch, ihn zu stillen, zu erfüllen.

Mein „Minimalziel“ war, dass er Muttermilch bekommen sollte, auf welche Weise auch immer, dass er sie selbst (mit Hilfsmitteln) an der Brust würde trinken können war ein Traum, von dem ich nicht sicher war, ob er erreichbar bzw. im Aufwand vertretbar sein würde.

In einem langen Telefonat wenige Tage vor der Entbindung hat Frau Márta Guoth-Gumberger uns auf die wichtigsten ersten Schritte vorbereitet – im Prinzip viele Details, die ich bei meiner Tochter intuitiv beachtet hatte, die aber in Pauls ersten Tagen umso wichtiger waren, um ihn so gut wie irgendwie möglich für die Brust zu interessieren (frühes Anlegen, Brust suchen lassen, Verabreichen von Colostrum mit dem Fingerfeeder, Mutter-Geruch nicht durch Pflegeprodukte verändern etc.). Andererseits war von Anfang an wichtig, mit dem konsequenten Abpumpen zu starten (Ziel 8xtgl.) um die Milchproduktion optimal zu stimulieren.



Dies gelang ausgezeichnet, schon in den ersten Tagen habe ich erstaunliche Mengen Colostrum abgepumpt und noch im Spital konnte ich mit dem Einfrieren von Muttermilch beginnen, die Paul trotz guter Trinkmengen nicht bewältigen konnte. Er hatte im Rahmen seiner Lungenentzündung (spalt-unabhängig) vom 2. bis 4. Lebenstag eine Magensonde, über die vor meinem mengenmäßig ausreichenden Milcheinschuß Fertignahrung verabreicht wurde

(danach Muttermilch) – sein Bedarf an Kalorien war durch die Infektion so stark erhöht, dass dieser Schritt notwendig war. Zu Beginn war's natürlich ein Schrecken, aber rasch war klar, wie unumgänglich das war und letztlich empfand ich es als

Erleichterung, da wir so in aller Ruhe Anlegen und Brusttrinken üben konnten, ohne den Anspruch von Anfang an auf diese Weise ausreichend Kalorien zuzuführen.



Er hat in diesen ersten Tagen aufgrund der Infektion relativ viel geschlafen, aber die wachen Minuten haben wir zum Anlegen, Brustsuchen, Nuckeln genutzt – und mit dem Fingerfeeder alles an Muttermilch verabreicht, was da war. Ich war von Anfang an erstaunt, wie gut Paul die Brustwarze wider aller Prognosen im Mund halten konnte. Auch ist ihm nirgendwo Milch verloren gegangen, wo sie nicht hingehört. Er hat ganz normal alles schlucken

können. Natürlich war kein vergleichbarer Sog da, wie ich ihn von meiner Tochter kannte, die mir schon nach wenigen Stunden die Brust wund gesaugt hatte, aber es war kein bisschen schwierig, ihn anzulegen, er hat die Brust einfach eingezwickelt und losgesaugt.

Am vierten Lebenstag war es endlich soweit, die Gaumenplatte wurde eingesetzt. Ich hatte große Erwartungen, dass es ab sofort richtig mit dem Trinken losgehen würde, den Hazelbaker Fingerfeeder hatte ich dafür schon vorbereitet (ähnlich dem Brusternährungsset kann man damit mit angeklebtem Schlauch direkt an der Brust Muttermilch zufüttern). Mithilfe der Stillberaterin der Klinik und einer Kinderschwester fand dann das herbeigesehnte erste Anlegen mit Platte und Schlauch statt, was mit einiger Mühe auch gelang.

Was Paul nicht mehr an der Brust wollte, wurde ihm an diesem Tag noch per Sonde verabreicht. Am Abend hat er sich dann im Rahmen der Pflege die Sonde gezupft, viel früher als ich mich je freiwillig davon verabschiedet hätte (Sicherheitsnetz) – aber wir haben daraufhin beschlossen, ihm ein paar sondenfreie Stunden zu gönnen und sie erst in der Nacht oder spätestens am Morgen neuerlich setzen zu lassen.

In dieser Nacht war ich teils recht verzagt mit unserer neuen Fütterungstechnik. Das bis dahin weitgehend mühelose Brustwarzen Schnappen gelang mit Platte nur schlecht, schon gar nicht, wenn die Platte von der Muttermilch glitschig wurde. Er verlor laufend die Brustwarze und mit ihr den Schlauch. Erst am nächsten Morgen habe ich mich an Frau Guoth-Gumbergers Worte erinnert, dass manche Kinder mit Spalte sich ohne Platte leichter tun und habe quasi als letzte Hoffnung einmal ohne Platte und mit Hazelbaker angelegt.

Da ging's plötzlich wieder viel besser – und weiter kein Verschlucken oder Milch in der Nase oder ähnliche Probleme. So haben wir dann den ganzen Samstag recht zufrieden gestillt – das neuerliche Sondensetzen war aufgrund erstaunlicher Gewichtszunahme von Paul nicht mehr nötig!! – bis uns dann am Abend eine weitere wesentliche Erleichterung eingefallen ist.



Aus der Not heraus (ich nicht am Zimmer, Telefonat mit Frau Guoth-Gumberger, Paul Heißhunger) hat sich Pauls Vater an die Verabreichung des Colostrums mit Fingerfeeder erinnert und ist zur Tat geschritten und hat Pauls ärgsten Hunger so gestillt. Als ich zurück war und die Spritzen mitsamt Fingerfeeder sah, hab ich kurzerhand statt Schlauch mit Klebeband damit an der Brust zugefüttert – und so machen wir's sehr zufrieden bis heute (mittlerweile mit 4 bereitliegenden gefüllten 20ml Spritzen).

Das gesamte Klinikpersonal kam aus dem Staunen nicht mehr heraus – auch wenn es sich um eine sehr stillfreundliche Klinik handelt, wo von allen Seiten für unsere Schritte Unterstützung kam, hatte doch keiner damit gerechnet, dass wir Paul ohne Flasche sättigen würden können. Sein Geburtsgewicht hat er am 4. Lebenstag wieder erreicht, und das trotz Infekt!

Die ersten Wochen zu Hause

Es ist sehr gut zu Hause weitergegangen. Wir waren so voller Elan und Glück, dass die Ernährung an der Brust klappte, dass wir den dafür notwendigen Aufwand gut leisten konnten. In erster Linie war das Pumpen die größte Anstrengung, vor allem in den ersten 4-6 Wochen, wo ich wusste, dass ein hochfrequentes Pumpen (Ziel 8xtgl) notwendig war. Meist war ohnehin „nur“ 7x zu schaffen, und nachts aufstehen konnte ich von Anfang an kaum, da



fehlte einfach die Energie. Dafür gelang es entgegen allen Erwartungen prächtig, im Liegen zu Stillen, sprich ich war nicht gezwungen, nachts das Bett zu verlassen (was ich schon während meiner ersten Stillzeit mit Anja sehr zu schätzen wusste). Das ist sicherlich unserem Fingerfeeder-System zu verdanken, mit BES wäre dieses nächtliche Stillen vermutlich weniger komfortabel.

Nach 2-3 Wochen kam dann für ein paar Tage ein Energietief – ich spürte wohl den Druck abfallen, ebenso verspätet eine Art Babyblues. Aber bei aller Anstrengung und Tränen, ich habe nie mit dem Gedanken gespielt, diese Art des Stillens aufzugeben – dafür waren wir viel zu stolz und glücklich, wie gut alles unterm Strich klappte.

Leider haben sich nach den ersten paar Wochen dann regelmäßige Blähungskoliken in unseren Alltag eingeschlichen. Bis heute hat Paul häufig Bauchschmerzen – aber wir haben uns an alle Tips und Tricks aus Anjas Zeiten erinnert und versuchen so gut es geht lindernd einzuwirken und warten auf die Zeit, wo die Bauchschmerzen in Zahnungsschmerzen übergehen (so war's bei unserer Tochter ;)). Und im großen und ganzen ist Paul von Beginn an trotz seiner Bauchschmerzen ein sehr zufriedenes, ausgeglichenes Baby. Er kann relativ mühelos (bei Bauchweh mit Tragetuch) in lange Phasen des Tiefschlafs finden (4-5h sind keine Ausnahme) und auch in wachen Phasen ist er ganz sichtlich zufrieden.

Bis Weihnachten, also knapp 2 Monate habe ich jede Mahlzeit genau protokolliert, zunächst auch täglich, dann 3 tägig gewogen, und natürlich die abgepumpten Milchmengen aufgeschrieben. In engem Kontakt mit Frau Guoth-Gumberger haben wir mittlerweile diese zuerst wichtigen und haltgebenden Aufzeichnungen nach und nach auf ein Minimum reduziert. Mittlerweile wäge ich Paul nur noch alle 2 Wochen,

bei Gelegenheit schreibe ich die abgepumpte Tagesmilchmenge mit, ansonsten gibt's keine Dokumentation.

Inzwischen ist auch das Abpumpen wesentlich einfacher geworden – einerseits seit ich das Pumpen ohne Hände kenne (Abpumpsets zw. BH und Unterleibchen eingeklemmt), andererseits, seit ich mit 6x Abpumpen auskomme und diesen Rhythmus weitgehend ohne auf die Uhr schauen zu müssen verinnerlicht habe. Natürlich bin ich auch geschickter geworden, Abpumpen und Paul trösten geht schon seit längerem gleichzeitig.

Das helfende Netz

Für mich nicht wegzudenken sind die vielen wohlwollenden und helfenden Menschen um uns herum.

Allen voran Pauls Vater, der uns von Anfang an in allen Schritten unterstützt hat – ohne Familienzimmer wäre diese positive Entwicklung nicht denkbar gewesen. So war es trotz meiner postpartalen Erschöpfung und einer Infektion auch meinerseits möglich, Paul nie aus unserer Nähe weggeben zu müssen.

Auch Anja, die große stolze Schwester, trägt tagtäglich viel zu unserem positiven Alltag bei und vor allem hat sie meine Brust für diese besondere Stillsituation vorbereitet. Immerhin hat es sich so nach und nach ergeben, dass sie mit ihren gut 3 Jahren immer noch gelegentlich an meiner Brust trank und so der Milchfluß sicher rascher wieder in Gang kam, außerdem war die Brustwarzenform sicher optimal vorbereitet. In den ersten Lebenswochen von Paul hat sie dann regelmäßiger

als zuvor (aber maximal 1-2mal täglich, mehr wäre mir nicht recht gewesen, hat sie aber auch nicht verlangt) getrunken, inzwischen interessiert sie sich wieder wie zuvor oft tagelang nicht für die Brust, dann doch wieder.

Da wir von der Spalte wussten, hatte ich auch Gelegenheit, mich darauf einzustellen, andere Hilfe anzunehmen. Einerseits kam in den ersten 3 Monaten 1x wöchentlich eine Familienhelferin zu uns (Hilfe im Haushalt aber auch bei den Kindern), die Großeltern von beiden Seiten und meine Schwester waren auch regelmäßig helfend zur Stelle – von Paul im Schlaf halten (er war von Anfang an einfach glücklicher, wenn er Körperwärme spürte) bis trösten, wenn ich Pumpen musste oder auch so eine Pause brauchte, oder mich mal mit Anja beschäftigen wollte bis diverse andere Hilfestellungen im Alltag.

Da hatte und habe ich einfach großes Glück, dass von allen Seiten viel Unterstützung da ist und Paul allen gehörig den Kopf verdreht hat.

„Die Spalte“

Nach vielen teils tiefen Tälern noch während der Schwangerschaft (wir haben etwa 4 Monate vor Geburtstermin von der Spaltbildung erfahren) ist es für mich heute ganz normal, dass Paul so geboren ist.

Zu Beginn war einfach ein großer Schrecken im Vordergrund, Traurigkeit und eigenes Hadern (warum wir???) – dann aber auch wieder Blick auf die rationale Seite, es gibt ja soviel Schlimmeres (was man ja von allen Seiten hört – „kann man ja



so gut richten“) – was mir aber nur wenig Trost gespendet hat, innerlich. Ich kam tatsächlich recht lange, für meinen Anspruch zu lange, nicht mit der Tatsache klar, dass mein Kind „so etwas“ hat. Ich wusste seit August mit Sicherheit, dass es eine durchgehende nicht so schmale Spalte ist (fetales MR), konnte also nicht auf einen geschlossenen Gaumen hoffen. Eine verlässliche Hilfe war mir in dieser Zeit meine Frauenärztin, die mir wie auch in der ersten Schwangerschaft immer wieder mit viel Gespür und Hausverstand zur Seite stand.

Parallel zum inneren Verarbeitungsprozess ist es mir zum Glück nach und nach gelungen, Infos zu sammeln. Das hat mich dann oft in noch tiefere Krisen gestürzt – eine Stunde lesen (Internet, Bücher), mehrere schlaflose Nächte!

Dennoch konnte ich mich mit der Thematik immer mehr aus, habe versucht, mir darüber klar zu werden, was das für Geburt, Stillen etc. heißt. Im Rahmen dessen habe ich auch Frau Guoth-Gumberger gefunden – für mich war das Stillen einfach ganz oben auf der Prioritätenliste, aufgrund der langen positiven Still Erfahrung mit Anja wollte ich erst recht meinem Baby, das OPs zu verkraften haben würde, das gleiche bieten.



Was die medizinischen-operativen Möglichkeiten angeht, habe ich viel gelesen, viel überlegt, telefoniert. Persönlich getroffen habe ich die Chirurgen in Linz und Salzburg und wir haben uns letztlich aus mehreren Gründen für das Zentrum in Salzburg als Pauls Behandler entschieden (allen voran die Möglichkeit bei den OPs auf einer Kinderabteilung aufgenommen zu sein und nicht auf einer Kieferchirurgie, aber auch das Gesamtteam).

Immer wieder schiele ich natürlich gerade in Hinblick auf Stillen nach Deutschland und in die Schweiz – aber die Wege sind mir dann doch zu weit, und das Vertrauen in das Salzburger Team so groß, dass wir einfach da bleiben. Die erste OP – Lippenverschluß – soll im April (6.LM) stattfinden, der Gaumenverschluß im 9.LM.

Jedenfalls sind die Befürchtungen, ich könnte meinen Sohn womöglich so nicht annehmen nicht wahr geworden. Ich schaue ihn total gerne an, finde ihn entzückend. Mittlerweile kann ich auch Schilderungen anderer Eltern nachvollziehen, die die Besonderheit der Lippe ihres Kindes nach der OP vermissten – was mir vor der Geburt absurd und undenkbar erschien.

Ich habe ganz viel Vertrauen in Paul, dass er alles, was er zu schaffen hat, souverän schaffen wird und es ist im Grunde nur unsere Aufgabe, ihm das zu ermöglichen.



Nachtrag:

Der Lippenverschluß fand am 20.4.11 statt. Paul hat die Narkose und den Eingriff sehr gut überstanden und rasch wieder in seine vorherige Routine gefunden - trinken, spielen, schlafen.

Ulrike H., Linz im März 2011