

ZU VIEL MILCH gibt es in den ersten Wochen oft.

Die Natur geht auf Nummer sicher und produziert mehr, als Ihr Baby trinken kann. So spannen die Brüste, sobald es länger als 3-4 Stunden schläft. Meist spielen sich Angebot und Nachfrage bald ein. Haben Sie schon einmal bedacht, welch Wunder es ist, daß umso mehr produziert wird, je mehr genommen wird. Wo erleben wir das sonst? Wir sind wie ein unversiegbarer Brunnen...

Wenn das Kleine ca 3 Wochen alt ist und die Brüste immer noch weit mehr Milch bilden als gebraucht, können Sie dazu übergehen, nur eine Seite zu geben. Legen Sie eine Zeit an, vielleicht 10 Minuten, und wickeln Sie dann in Ruhe, streicheln und massieren Sie Ihr Baby und legen es abschließend an die gleiche Seite, bis es von alleine losläßt. Die andere Seite streichen Sie aus, bis das Gewebe sich nicht mehr prall anfühlt. Schon nach 1-2 Tagen wird etwas weniger und genau richtig für ihr Baby produziert werden.

- Verringert sich die Menge nicht, könnten Sie Salbei-, Kamillen- oder Pfefferminztee trinken, anstelle von Milchbildenden Getränken.
- Es kann hilfreich sein, den BH nach dem Anlegen etwas enger zu ziehen, damit sich die Brust nicht so sehr füllen kann.
- Tut sich daraufhin Ihrer Meinung nach immer noch zu wenig, sollten Sie Ihre Hebamme um Rat fragen.