

GESPANNTE BRÜSTE

Am 3.-5. Tag nach der Geburt wird die Brust besonders stark durchblutet sein. Diese "initiale Milchdrüsenanschwellung" verrät, daß die Milchproduktion nun gut in Gang kommt.

- Sie können etwas Milch über dem Waschbecken mit einem feuchtwarmen Lappen ausstreichen, damit Ihr Kleines die Brust besser erfassen kann.
- Pumpen ist verkehrt in dieser Situation!
- Lassen Sie sich zeigen, wie die Milch von Hand gewonnen werden kann.
- Feine, innere rohe (!) Weißkohlblätter auf die Brust um den Vorhof herumgelegt, kühlen angenehm und entstauen gut (ggf. dickere Rippen aus den Blättern herausschneiden).
- Wundern Sie sich nicht, dass die Brüste ca. nach dem 10. Tag weicher werden. Sie werden fortan nur spannen, wenn Ihr Kind länger als gewöhnlich nicht an der Brust war.