

Abstillen in Verlustsituationen

"Wenn die Seele weint, darf auch die Brust weinen."

Abstillen als "normaler" Trauerprozess (unabhängig von einem Verlust):

- Abstillen als "Meilenstein" in der Mutter-Kind-Dyade
- Abschied, Loslassen, Traurigkeit

Fehlgeburt, Totgeburt, Neugeborenenod - viele Verluste in einem: Verlust des Kindes * Verlust von Träumen, Wünschen, Hoffnungen, Visionen, Plänen * Verlust von (Selbst)Vertrauen * Verlust von (Lebens)Logik

Umgang mit Laktation beim Verlust eines Kindes:

"Meine Brust produzierte plötzlich Milch, wo keine gebraucht wurde. Einerseits war das ein schönes Gefühl - etwas für meine Tochter, was man mir nicht wegnehmen konnte. Andererseits war es so schrecklich, weil nutzlos in ihrer und in meiner Welt."

"Ich hatte unglaublich viel Milch. Das war ein großes Problem. Ich musste die Milch weiter abpumpen und habe sie dann im Abfluss runtergespült. Es war ja keiner mehr da, der sie trinken konnte. Das Ganze hat mich zusätzlich sehr belastet."

"Der Milcheinschuss wurde mit Tabletten präventiv gestoppt. Ich hatte Angst vor dem Milcheinschuss. Als dann doch nach ein paar Tagen einige Tröpfchen kamen, fand ich es aber gar nicht so schlimm."

- Differenzierung von Verlustsituationen mit Milcheinschuss in Abhängigkeit von Schwangerschaftsdauer, Stilldauer und individuellen Voraussetzungen
- primäres Abstillen - sekundäres Abstillen - (fortgesetzte) Milchproduktion

Unterstützende Maßnahmen beim (Ab)Stillen in einer Verlustsituation:

- "altes Hebammenwissen": Quarkwickel, Kohlaufgaben, weitere Kühlungsmöglichkeiten, Kamillen-, Salbei- oder Pfefferminztee, Ausstreichen, (Abpumpen), (Reduktion der Flüssigkeitszufuhr), (engen BH tragen / Brust eng binden)
"Mir wurde in der Klinik gesagt, dass ich mir Tabletten holen sollte. Meine Hebamme meinte dann, dass diese Tabletten sehr belastend für den Kreislauf sind und gab mir stattdessen Kamillentee und ich pumpte weiter ab, bis ich keine Milch mehr hatte."
- Homöopathie: Mittelauswahl, anzuwendende Potenz und Dosierung durch eine Fachperson
- Muttermilchspende (sog. Frauenmilchsammelstellen / Milchbanken in Basel, Aarau, Bern, Luzern und St. Gallen)
"Heute war ein sehr bewegender Tag. Miguel und ich überbrachten dem Krankenhaus, wo meine Milch gesammelt und weitergegeben wird, acht Portionen flüssigen Goldes. Was ich erlebte, ließ mich Tränen der Freude weinen, als ich das Krankenhaus mit meiner leeren Kühltasche verließ. Ich hätte mir keinen besseren Weg vorstellen können, um unseren Sohn zu ehren."
- Medikamente: Dopaminagonisten, Prolaktinhemmer, Methergin (Achtung: Nebenwirkungen, unklare Langzeitfolgen)

Trauerarbeit durch nicht-medikamentöses Abstillen:

- Ritualcharakter in der Trauerarbeit zentral (Rituale = ressourcenorientierte Übungen, die übergeordnete, fundamentale Schemata des Individuums aktivieren, Adressieren der Symbolhaftigkeit einer Handlung)
- Prozesshaftigkeit der oben genannten "sanften" Maßnahmen (mögliche Wahrnehmung als ritualisierte Handlung = durch ihre Wiederholung als Ritual wirken)
- unmittelbare Erfahrung der Selbstwirksamkeit
- in verschiedener Art möglich, z.B. durch praktische Verwendung der Milch (z.B. Stillen eines älteren Kindes, andere Eigennutzung, Spende) oder durch besonderen Umgang mit ihr (z.B. Mitnahme zum Grab, gefrorenes Erinnerungsstück)
"Die Milch, die ich abgepumpt habe (was eigentlich nur in den ersten zwei Wochen nötig war), habe ich in einem kleinen Fläschchen mit zum Friedhof genommen und auf dem Grab ausgeleert."

Fachliche Kompetenzen im Umgang mit verwaisten Eltern:

- Blicken Sie in ganzheitlicher Begleitung auf Körper und Seele.
- Zeigen Sie - angesichts der meist einseitigen Klinikroutine (primäres Abstillen) - verschiedene Optionen auf.
- Respektieren Sie die Entscheidung der trauernden, aber trotzdem mündigen Mutter.
- Ermöglichen Sie mit dem Hinweis auf die Bedeutung des Abstillens für die Trauerarbeit erweiterte Horizonte - nicht nur für die konkrete Situation, sondern für den gesamten Trauerprozess.

Zum Weiterlesen:

Besonders empfehlenswert für Fachpersonen:

Katherine E Carrolls et. al.: Breast milk donation after neonatal death in Australia: a report. In: International Breastfeeding Journal 9 (2014). 23.

Edeltraut Hertel: Abstillen nach Totgeburt und SID. In: Praxisbuch: Besondere Stillsituationen. Stuttgart 2012. S. 174-178.

Debra Busta Moore / Anita Catlin: Lactation Suppression: Forgotten Aspect of Care for the Mother of a Dying Child. In: Pediatric Nursing 29/5 (2003). S.383-384.

Olufemi T Oladapo / Bukola Fawole: Treatments for suppression of lactation. In: Cochrane Summaries. 3/17/2010. Online: summaries.cochrane.org/

Heike Wolter: Wenn die Milch ins Leere fließt. (Ab)Stillen nach dem Verlust eines Kindes. In: Laktation&Stillen 4/2013. S.12-14.

Besonders empfehlenswert für Eltern und Fachpersonen:

Heike Wolter: Mein Sternchenkind. Begleitbuch für Schwangere, ihre Partner und Fachpersonen nach Fehlgeburt, stiller Geburt oder Neugeborenenod. 2017.

Sowie dies.: Mein unsichtbares Kind. Begleitbuch für Frauen, Angehörige und Fachpersonen vor und nach einem Schwangerschaftsabbruch. 2015.

Hinweis auf weitere Veranstaltungen von mir (Ein- und Zweitagesworkshops):

8.6.18 und 2.2.19 Herausforderung Elternschaft – Zwischen Supernanny und dem letzten großen Abenteuer des Lebens (Dresden, Freiburg),
9.6.18 und 24.11.18 Perinatologische Notfallkommunikation in der Geburtshilfe (Dresden, Darmstadt), 20.-21.9.18 und 28.-29.9.18 und 31.1.-
1.2.19 In der Mitte der Nacht – Trauerbegleitung für früh verwaiste Eltern (Regensburg, Berlin, Freiburg), 23.11.18 Wenn die Brust weint –
(Ab)Stillen bei Verlust (Darmstadt)