



Brustentleerungsprotokoll

© Ausbildungszentrum Laktation und Stillen GbR, E. Nehlsen, 18.10.2016, bearbeitet 08.05.2017

Um eine auf die Dauer ausreichende Milchmenge zu erzielen, sind die ersten 8 – 10 Tage pp von besonderer Bedeutung. Das Ziel ist, zu Beginn (bis 750ml/Kind/Tag erreicht sind) ≥ 10 x/24 Stunden die Brust zu leeren. Anfangen mit Handentleeren innerhalb der ersten Stunde nach der Geburt. Zusätzlich in den ersten drei Tagen anschließend die Brust von Hand entleeren, ab 3. Tag mit unterstützender Brustkompression pumpen. Kurz und häufig zu pumpen (z. B. alle zwei Stunden für 10 Minuten Doppelpumpen) ist besser als längere Pausen und längere Pumpzeiten. Schreiben Sie die Zeit, wann Sie anfangen zu pumpen in die erste und die Milchmenge in die zweite Spalte.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							