

Karin J.

Ich komme aus dem Rhein-Main-Gebiet.
Meine Stillgeschichte liegt schon ein paar Jahre zurück,
denn meine Kinder sind jetzt schon 21, 17 und 15 Jahre alt.



Damals war das, insbesondere mit so kleinen Kindern, nicht üblich, dass Mütter arbeiten gehen. Mir ist von Seiten der Kollegen und Kolleginnen, sowie später von Lehrerinnen oft ein starker Wind entgegen geweht. Ich weiß nicht, ob das heute besser geworden ist, aber es bleibt auf jeden Fall eine große Herausforderung, wenn man alles und allem (Mutter sein, stillen, Beruf, Haushalt und Partnerin sein) gerecht werden möchte. Hierbei drücke ich Ihnen schon jetzt die Daumen und wünsche Ihnen alles Gute!

Nun aber zu meiner Geschichte: Ich wurde mit 35 Jahren das erste Mal schwanger und konnte mir zu diesem Zeitpunkt überhaupt nicht vorstellen, zu Hause zu bleiben. Schnell waren mein Mann und ich uns einig, dass wir einen Rollentausch vornehmen. Mein Mann war selbständig und konnte sich seine Arbeit und seine Termine weitestgehend selbst organisieren. Ich war angestellt und im bundesweiten Vertrieb tätig. Allein die Tatsache, dass ich nach 8 Wochen wieder arbeiten gehen wollte, löste bei meinem Arbeitgeber ein kritisches Gefühl aus. Trotz allem Arbeitseifer war es mir dennoch wichtig, dass mein Kind mindestens die ersten 6 Lebensmonate voll gestillt werden sollte. Da es mein erstes Kind war, war ich verständlicherweise auch noch unsicher, ob mir dies überhaupt gelingen würde. Mit dem Stillen selbst hat es, ich sage mal, „normal“ geklappt. Die ersten Unsicherheiten, mal zu wenig, mal zu viel Milch...., aber es hat sich relativ schnell eingependelt. So kaufte ich mir eine Milchpumpe und fing nach kurzer Zeit an, Milch abzupumpen. Zuerst mit einer Handpumpe, dann versuchte ich es mit einer elektrischen. Beides hatte so ihre Vor- und Nachteile. Mein Mann unterstützte mich dabei sehr, was ich Ihnen auch von Herzen wünsche. Es macht doch vieles leichter! Wegen der Haltbarkeit hat sich mein Mann Gedanken gemacht. Letztendlich hat er die abgepumpte Milch, die nicht gleich verwendet werden sollte, in „Eiswürfelbeutel“ abgefüllt und eingefroren. Das hatte den Vorteil, dass er nur die Menge auftauen brauchte, die benötigt wurde.

Vom ersten Arbeitstag an pumpte ich ab, wann immer es mir möglich war. Manchmal pumpte ich morgens die erste Milch ab, wenn mein Kind noch schlief. Er hatte dann etwas mehr zu tun, mit dem Saugen, aber saugen regt ja bekanntermaßen auch die Produktion wieder an. Dies ist ganz wichtig, weil das Abpumpen dann auch besser funktioniert. In jeder Mittagspause, wenn meine Kollegen essen gingen, ging ich auf die Toilette und pumpte ab. Möglichst ein Fläschchen voll. Das dauerte und es brauchte Disziplin. Da ich ja im Außendienst war, hielt ich öfters auch auf abgelegenen Parkplätzen an oder pumpte schon morgens früh im Hotelzimmer ab, bevor ich arbeiten ging. Erschwerend kam für mich hinzu, dass mein Chef mir dies alles nicht zutraute und mich auf die Probe stellte. So verkündete er mir, kurz nachdem ich wieder angefangen hatte zu arbeiten, dass ich einen Großteil meiner Arbeitszeit nach Leipzig verlegen sollte, weil ich dort gebraucht wurde. Mir blieb nichts anderes übrig, denn wenn ich Einwände gehabt hätte wegen meines Säuglings, war ich mir sicher, dass ich meine Arbeit verloren hätte. Da ich aber nun über Nacht weg musste, war das mit dem Abpumpen, bzw. mit der Aufbewahrung

der Milch ein Problem, weil es darüber hinaus auch Sommer und somit ziemlich heiß im Auto. So baute mir mein Mann in den Kofferraum einen „Camping-Kühlschrank“ ein, der über den Zigarettenanzünder Strom bekam. So konnte ich wenigstens die Milch gut gekühlt nach Hause bringen. Obwohl es sehr viel Disziplin und Durchhaltevermögen von mir abverlangte, so hat es sich in meinen Augen doch gelohnt! Mein Sohn hat mit gut 6 Monaten langsam zusätzliche Kost bekommen und ist letztendlich fast 2 Jahre von mir gestillt worden. Dies war mir auch so wichtig, weil ich doch oft von meinem Kind getrennt war und ich / wir beim Stillen diese enge Verbindung hatten! Diese Erfahrung wünsche ich Ihnen auch.

Bei meinem 2. Kind war ich nach der Geburt 5 Monate zu Hause, so dass das Abpumpen nicht so eine große Rolle gespielt hat. Ich habe in dieser Zeit meinen Arbeitgeber gewechselt, weil mir dieses „nicht zutrauen“ und „geprüft zu werden“, so viel Energie genommen hat.

Als mein 3. Kind unterwegs war, hatte ich bei meinem anderen Arbeitgeber gerade eine neue berufliche Herausforderung als Niederlassungsleiterin angenommen. Ich sollte diese neu strukturieren und aufbauen. Da war mir klar, dass ich dieses Mal auch nach 8 Wochen wieder einsteigen muss. Gott sei Dank ging es mir in den Schwangerschaften, außer dem üblichen „schlecht sein“, immer gut. So habe ich bei meinem 3. Kind bis einen Tag vor Geburtstermin gearbeitet. Die Geburt sollte dann eingeleitet werden, da ich Schwangerschaftsdiabetes bekommen hatte. Alles ging gut und ich bin nach 8 Wochen wieder arbeiten gegangen. Aus den Vorerfahrungen heraus wusste ich, dass es nicht immer leicht sein wird, während des Tages mal für eine Stunde zu „verschwinden“ um ungestört Milch abzupumpen. So habe ich bei meinem 3. Kind schon kurz nach der Geburt regelmäßig zwischendurch und auch manchmal „parallel“ zum Stillen, Milch abgepumpt. So konnte ich einen guten Vorrat schaffen für die Zeit, wenn ich wieder arbeiten gehe.

Im Nachhinein weiß ich manchmal nicht, wie ich das alles geschafft habe. Dennoch, man wächst mit seinen Aufgaben! In dieser Zeit habe ich mir keine Gedanken gemacht, sondern es einfach getan. Ich denke, was ganz wichtig ist, ist an erster Stelle der Wille! Warum will ich mein Kind 6 Monate stillen? Was ist mir so wichtig daran? Für mich waren es die ganz intimen, ruhigen Momente, wo es nur mein Kind und mich gab. Vielleicht gab es auch einen Teil in mir, der dachte: „Mir traut das keiner zu – schon gar nicht mit dem Stillen. Aber ich werde es schaffen!“ Auch das hat mir Kraft gegeben. Neben diesem Willen und der Frage nach dem Warum, sind wichtig: Durchhaltevermögen (auch wenn die Milch mal nicht so läuft....) und Disziplin (auch abpumpen, wenn man keine Lust hat....). Gut getan haben auch die Treffen in der Stillgruppe mit einer wunderbaren Leiterin! Dies hat mich, insbesondere was das Stillen betrifft, noch bestätigt und auch Mut gemacht, dran zu bleiben.

Dies war und ist meine Stillgeschichte. Meine Philosophie ist, dass Stillen das natürlichste auf der Welt ist. Dennoch bin ich der Ansicht, dass jede Mutter Ihren Weg findet, ob mit oder ob ohne das Stillen. Ich möchte aber all den Müttern, die in ähnlicher Situation sind wie ich und ebenfalls stillen wollen, Mut machen es zu tun! Es ist zu schaffen! Sie können es auch!

Für mich kann ich sagen: es hat sich gelohnt, dies alles in Kauf zu nehmen! Ich wünsche auch Ihnen bei dieser großen Aufgabe VIEL GLÜCK und VIEL ERFOLG!