

## **Aufbewahrung und Transport der Muttermilch**

### **Kühlschrank**

- Abgepumpte Milch sofort in den Kühlschrank stellen. Bei +4 °C bis +6 °C ist die Muttermilch 72 Stunden haltbar im verschlossenen Gefäß. Gefäß nicht in die Kühlschranktür oder in das Obstfach stellen.

### **Zimmertemperatur**

Bei 20 – 22 °C Kolostrum max. 12 Stunden, reife Muttermilch 6-8 Stunden aufbewahren.

### **Tiefkühlschrank**

- Muttermilch verändert sich, nie die Fläschchen bis zum Rand füllen.
- Spätestens 24 Stunden nach dem Sammeln einfrieren, vorher im Kühlschrank abkühlen lassen.
- Transport in der Kühltasche (Kühlkette!).

### **Haltbarkeit**

- im 3-Sterne-Gefrierfach: 2 Wochen
- im Extra-Gefrierfach mit getrennter Tür: 3 Monate
- im 4-Sterne-Gefrierfach (Voraussetzung konstant -20 °C): 6 Monate

### **Auftauen**

Nach 6 Monaten schmeckt eingefrorene Muttermilch seifig, sie ist deswegen aber nicht schlecht. Das Auftauen erfolgt schonend über 24 Stunden im Kühlschrank. Ungeöffnet ist die aufgetaute Muttermilch noch 24 Stunden haltbar, geöffnet nur 12 Stunden. Wird sie bei Zimmertemperatur aufgetaut, muss Muttermilch gleich verfüttert werden. Muttermilch kann auch unter laufendem kaltem bzw. lauwarmen Wasser aufgetaut werden. Keinesfalls in der Mikrowelle erwärmen, da die Inhaltsstoffe dabei zerstört werden.

### **Erwärmen der aufgetauten Muttermilch**

Nicht höher als 37 °C erwärmen!

Im Wasserbad oder in der Flasche erwärmen, keinesfalls in der Mikrowelle.

Die Milch sollte nach dem Erwärmen sofort innerhalb 15-20 min verbraucht werden.

Keinesfalls die Muttermilch ein zweites Mal erwärmen, den Rest verwerfen.