

Abpumpen von Muttermilch für Ihr Baby

Ein Leitfaden zum Abpumpen von Muttermilch



Wir haben diese Broschüre als Leitfaden für das Abpumpen von Muttermilch für Ihr Baby verfasst und können damit hoffentlich einige Ihrer Fragen beantworten. Bei weiteren Fragen hilft Ihnen gerne Ihre Hebamme oder die Pflegekräfte auf der Entbindungsstation weiter.

Abpumpen der Muttermilch

Beim Abpumpen wird die Milch aus der Brust gepresst (entweder per Hand oder mit einer Pumpe), die dann aufbewahrt und später an Ihr Baby verfüttert werden kann. Dank Abpumpen können Sie Ihr Baby mit Muttermilch versorgen, selbst wenn Sie es nicht direkt an die Brust legen können.

Sollten Sie aus irgendeinem Grund nicht in der Lage sein, Ihr Kind nach der Geburt zu stillen, ist es wichtig, dass Sie so bald wie möglich mit dem Abpumpen Ihrer Muttermilch beginnen. Denn Ihre Muttermilch sowie das Kolostrum (die erste Muttermilch, die Ihr Körper produziert) sind die perfekte Nahrung für Ihr Baby. Die darin enthaltenen Antikörper schützen Ihr Baby vor Infektionen und unterstützen die Entwicklung seines Immunsystems. Außerdem wird dadurch die Entwicklung des Verdauungssystems Ihres Babys gefördert und es so vor Allergien geschützt.

Damit Sie die besten Chancen auf eine ausreichende Milchproduktion haben, empfehlen wir Ihnen, Ihre Muttermilch so bald wie möglich nach der Geburt (idealerweise innerhalb der ersten paar Stunden) per Hand abzupumpen. Bitten Sie Ihre Hebamme oder die Krankenschwester auf der Neugeborenenstation, Sie in das Abpumpen/Ausstreichen per Hand einzuweisen und Ihnen ein Starterpaket zum Abpumpen/Ausstreichen per Hand zu geben. Dieses Paket enthält ein Informationsblatt zur Handgewinnung sowie einige sterile Spritzen und Behälter zum Auffangen Ihres Kolostrums.

So bringen Sie den Milchfluss in Gang

Folgende Tipps können beim Abpumpen der Muttermilch helfen:

- sitzen Sie direkt neben Ihrem Baby
- falls das nicht möglich ist, haben Sie etwas bei sich, das Sie an Ihr Baby erinnert (z. B. ein Foto oder etwas, das es getragen hat und das Sie anfassen und riechen können)
- atmen Sie langsam und tief ein und aus, um sich zu entspannen.
- achten Sie darauf, dass Ihre Umgebung so entspannend wie möglich ist
- sitzen Sie in einer bequemen Position
- nehmen Sie bei Bedarf Schmerzmittel ein (für weitere Informationen zu Schmerzmitteln wenden Sie sich bitte an Ihre Hebamme oder lesen Sie das Informationsblatt „Ihre Medikamente nach der Geburt Ihres Babys“, das Sie unter den nützlichen Links am Ende dieser Broschüre finden)
- wärmen Sie Ihre Brüste vor dem Abpumpen mit einer warmen Kompresse (z. B. einem Waschlappen) auf
- streicheln und massieren Sie sanft Ihre Brüste und Brustwarzen

All das kann dazu beitragen, die Ausschüttung von Oxytocin (dem Liebeshormon) anzuregen, das wiederum den Milchfluss fördert (Ihren „Milchspendereflex“)

Wichtige Tipps zum Abpumpen von Muttermilch

- Ihre Milchproduktion hängt davon ab, wie häufig Sie Milch abpumpen bzw. stillen. Wenn Sie nicht regelmäßig abpumpen oder stillen, nimmt Ihre Milchproduktion ab (versuchen Sie, die Abstände zwischen dem Abpumpen nicht länger als vier Stunden werden zu lassen).
- Eine weichere (leere) Brust produziert schneller Milch als eine harte (volle) Brust, weshalb durch häufiges Abpumpen mehr Milch produziert wird als wenn Sie seltener abpumpen.
- Wann immer möglich, sollten Sie mit Ihrem Baby Hautkontakt haben und es kuscheln sowie in seiner Nähe abpumpen, um Ihre Milchproduktion zu steigern.
- **Wird Ihr Baby auf der Neugeborenenstation betreut**, empfehlen wir Ihnen, innerhalb der ersten Stunden nach der Geburt mit der Milchgewinnung per Hand zu beginnen.

- Versuchen Sie, innerhalb von 24 Stunden achtmal abzupumpen, wobei zwischen den einzelnen Abpump- bzw. Milchgewinnungsvorgängen nicht mehr als vier Stunden liegen sollten.
- **Es ist sehr wichtig, mindestens einmal in der Nacht abzupumpen.** Der Grund dafür ist, dass Ihr Körper nachts mehr Prolaktin (das Hormon, das Ihrem Körper das Signal zur Milchproduktion gibt) ausschüttet. Das nächtliche Abpumpen unterstützt Ihre Milchproduktion und sorgt dafür, dass Ihre Milchmenge erhalten bleibt.. Wenn Ihr Baby gestillt werden kann, regt dies ebenfalls Ihre Brüste zur Milchproduktion an.

„Wenn Sie es nicht anwenden, wird Ihre Brust es nicht produzieren.“ „Wenn Sie es nicht nutzen, verlieren Sie es.“

Milchgewinnung per Hand

Die Milch, die Sie in den ersten drei Tagen nach der Geburt produzieren, heißt Kolostrum. Dies ist eine dicke, konzentrierte Milch, die in der Regel eine goldgelbe Farbe hat. Aufgrund seiner hohen Viskosität und der geringen Mengen, die austreten, wird das Kolostrum am effektivsten per Hand gewonnen. Machen Sie sich keine Sorgen, wenn Sie nur kleine Mengen produzieren, das ist normal. Jeder Tropfen zählt.

Es kann auch hilfreich sein, vor oder nach der Verwendung einer Milchpumpe die Milch per Hand zu gewinnen, oder Sie ziehen es vielleicht vor, die Milch ausschließlich per Hand zu gewinnen und gar keine Milchpumpe zu verwenden.

Durch die Milchgewinnung per Hand können Sie auch bestimmte Bereiche Ihrer Brust gezielt behandeln, was bei verstopften Milchkanälen oder Mastitis (wenn Ihre Brust geschwollen, heiß und schmerzhaft ist) helfen kann.

So geht die Milchgewinnung per Hand

Bitte Sie Ihre Hebamme oder die Krankenschwester auf der Neugeborenenstation, Sie in das Abpumpen/Ausstreichen per Hand einzuweisen und Ihnen ein Starterpaket zum Abpumpen/Ausstreichen per Hand zu geben.

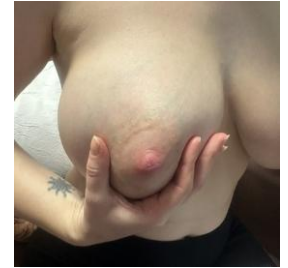
Sie können außerdem die folgenden Schritte befolgen:

1. Waschen und trocknen Sie Ihre Hände gründlich, bevor Sie beginnen.
2. Wenn Sie Ihr Kolostrum sammeln, benötigen Sie eine saubere, sterilisierte Spritze sowie einen größeren Behälter, der ebenfalls sauber und sterilisiert ist. Halten Sie diese Dinge bereit, bevor Sie beginnen.
3. Machen Sie es sich bequem und versuchen Sie, sich zu entspannen. Wärme hilft; massieren Sie daher Ihre Brüste zunächst mit einem warmen Waschlappen.
4. Umfassen eine Ihrer Brüste mit Ihrer Hand. Ihre Hand sollte beim Umschließen der Brustwarze ein C bilden - vier Finger unterhalb der Brust und der Daumen oben. Ihr Daumen und Ihre Finger sollten ca. 2 bis 3 cm von der Basis Ihrer Brustwarze entfernt sein.
5. Drücken Sie mit Daumen und Zeigefinger sanft zu. Lockern Sie den Druck und wiederholen Sie diesen Vorgang, bis ein Rhythmus entsteht. Sie sollten dabei keine Schmerzen empfinden. Vermeiden Sie es, die Finger über die Haut hin- und herzubewegen, da dies unangenehm sein kann. Wenn die Milch nicht fließt, versuchen Sie, Ihre Finger leicht in Richtung Brustwarze oder weiter davon weg zu bewegen, um die für Sie am besten geeignete Stelle zu finden. Sie können auch versuchen, Ihre Brust sanft zu massieren.



Fangen Sie Ihr Kolostrum mit der sterilisierten Spritze auf und füllen Sie es gegebenenfalls in den sterilisierten größeren Behälter um. Kolostrum ist sehr konzentriert und kommt nur tropfenweise aus der Brust. Zunächst werden bei jedem Mal nur wenige Tropfen herauskommen, aber mit etwas Übung und Zeit sollten Sie mehr bekommen.

7. Wenn die Tropfen nachlassen, bewegen Sie Ihre Finger zu einem anderen Bereich Ihrer Brust und wiederholen Sie das Ganze.
8. Wiederholen Sie den Vorgang für Ihre zweite Brust.



Abpumpen der Muttermilch mit einer Milchpumpe

Milchpumpen sind so konzipiert, dass sie die Saugbewegung Ihres Babys nachahmen. Es gibt zwei unterschiedliche Typen: elektrische und manuelle. Bei der manuellen Ausführung drücken Sie den Kolben mit der Hand, während die elektrische Version dies für Sie übernimmt.

Wir empfehlen während der ersten zwei Tage nach der Geburt die Milchgewinnung per Hand, bevor Sie eine Milchpumpe verwenden. Auf Empfehlung Ihrer Hebamme oder Ihrer Krankenschwester für Neugeborene kann eine Milchpumpe jedoch bereits sechs Stunden nach der Entbindung verwendet werden.

Auf der Neugeborenenstation und den Wochenbettstationen stehen elektrische Milchpumpen zur Verfügung. Bitte fragen Sie Ihre Hebamme oder Krankenschwester auf der Neugeborenenstation nach einem elektrischen Milchpumpen-Set. Sie können Ihnen auch zeigen, wie Sie das Set zusammenbauen, die Pumpen verwenden und die Geräte sterilisieren.

Reinigung und Sterilisation des elektrischen Milchpumpen-Sets

Während des Krankenhausaufenthalts Ihres Babys sollte Ihr elektrisches Milchpumpen-Set nach jedem Gebrauch in warmem Seifenwasser gewaschen und anschließend in einem sauberen Behälter aufbewahrt werden. Anschließend müssen Sie das Set nur noch vor dem nächsten Abpumpen sterilisieren. In der Neugeborenenstation und auf den Wochenbettstationen können Sie Ihr Set mit Steri-Sacs und einer industriellen Mikrowelle sterilisieren. Wenn Sie zu Hause Milch abpumpen, sterilisieren Sie Ihr Set bitte mit Ihrer bevorzugten Methode.

Weitere Informationen zur Sterilisation Ihres Sets erhalten Sie, indem Sie den QR-Code scannen oder auf folgende Website gehen:

www.nct.org.uk/baby-toddler/feeding/practical-tips/how-sterilise-baby-bottles-breast-pumps-and-other-feeding-equipment



Verwendung einer elektrischen Milchpumpe

Elektrische Milchpumpen haben zwei Modi:

Initial-Modus

Dieser Modus dient dazu, die Milchproduktion anzuregen.

1. Platzieren Sie die Brusthaube bzw. den Trichter (Flansch) über Ihrer Brustwarze.
2. Drücken Sie den Einschaltknopf und anschließend innerhalb von 10 Sekunden die Tröpfchentaste.
3. Drehen Sie zur Erhöhung der Saugkraft den Drehknopf im Uhrzeigersinn, bis es leicht unangenehm wird, und verringern Sie dann die Saugkraft um zwei oder drei Tröpfchen- bzw. Quadrat-Symbole, bis es sich angenehm anfühlt.
4. Die Pumpe läuft 15 Minuten lang und schaltet sich dann automatisch ab.

Wenn Ihre Entbindung mehr als sechs Tage zurückliegt oder Sie bei drei aufeinanderfolgenden Pumpvorgängen insgesamt (aus beiden Brüsten) 20 ml oder mehr abgepumpt haben, können Sie zum „Erhalt-Modus“ wechseln.

Erhalt-Modus

Dies dient der Aufrechterhaltung Ihrer Milchproduktion.

1. Platzieren Sie die Brusthaube bzw. den Trichter (Flansch) über Ihrer Brustwarze.
2. Drücken Sie den Einschaltknopf.
3. **Drücken Sie die Tröpfchentaste erst**, wenn Sie auf dem Bildschirm „Maintain running“ sehen.
4. Drehen Sie zur Erhöhung der Saugkraft den Drehknopf im Uhrzeigersinn, bis es leicht unangenehm wird, und verringern Sie dann die Saugkraft um zwei oder drei Tröpfchen- bzw. Quadrat-Symbole, bis es sich angenehm anfühlt.
5. Fahren Sie mit dem Abpumpen fort, bis der Milchfluss aufhört oder bis zwischen den einzelnen Milchtröpfchen ein Abstand von 10 Sekunden liegt. Die Pumpe stoppt nicht automatisch.
6. Zur Stimulierung und Steigerung Ihrer Milchproduktion sollten Sie nach dem Ende des Milchflusses noch zwei Minuten lang weiterpumpen.
7. Schalten Sie die Milchpumpe aus.

Brustkompressionen während des Pumpens können ebenfalls zu einer deutlichen Steigerung Ihrer Milchproduktion führen. Um Brustkompressionen durchzuführen, formen Sie mit Ihrer ganzen Hand ein „C“ und umfassen Sie Ihre Brust in Brustkorbnähe. Kneten Sie Ihr Brustgewebe mit einer „Drücken-und-Loslassen“-Bewegung und arbeiten Sie sich rund um Ihre Brust vor.



Das doppelte Abpumpen (gleichzeitiges Abpumpen von Milch aus beiden Brüsten) spart nicht nur Zeit, sondern erhöht auch Ihre Milchproduktion und Ihren Hormonspiegel.

Wenn Sie jede Brust einzeln abpumpen, wechseln Sie die Brust, wenn der Milchfluss nachlässt. Wechseln Sie dann wieder zurück, da Sie möglicherweise feststellen, dass Sie noch mehr Milch abpumpen können. Es kann sein, dass eine Brust mehr Milch produziert als die andere – das ist normal.

Größe des Trichters (Flansch)

Es ist wichtig, dass Sie die richtige Größe für den Trichter der Milchpumpe (das Kunststoffteil, das über Ihre Brustwarze passt) wählen. Dies ist nicht nur angenehmer für Sie, sondern hilft Ihnen auch dabei, Milch so effizient wie möglich abzupumpen. Der Flansch-FITS-Leitfaden kann Ihnen dabei helfen, die richtige Trichtergröße für Sie zu finden. Für weitere Informationen scannen Sie den QR-Code oder besuchen Sie die folgende Website:



www.uhs.nhs.uk/Media/UHS-website-2019/Docs/Services/Maternity/The-Flange-FITS-Guide-for-optimal-comfort-efficiency-and-milk-yield.pdf

Aufbewahrung Ihrer abgepumpten Muttermilch, während Ihr Baby im Krankenhaus ist

Nachdem Sie Ihre Milch abgepumpt haben, beschriften Sie die Spritze oder den Behälter mit dem Datum und der Uhrzeit des Abpumpens sowie dem Namen Ihres Babys. Ihre Kinderkrankenschwester auf der Neugeborenenstation oder ein Mitglied des Hebammen-Teams kann Ihnen Namensschilder geben. Verwenden Sie keine Stifte mit Tinte, die im nassen Zustand verschmiert.

Ihre Milch sollte anschließend sorgfältig gelagert werden, um das Wachstum schädlicher Bakterien zu verhindern. Während Ihr Baby im Krankenhaus ist, sollten Sie die folgenden Empfehlungen zur Lagerung befolgen:

- **Kühlschrank** - Legen Sie Ihre Milch sofort nach dem Abpumpen in den Kühlschrank, es sei denn, Sie möchten sie Ihrem Baby sofort geben. Abgepumpte Milch kann im Krankenhaus bis zu 48 Stunden im Kühlschrank aufbewahrt werden.
- **Gefrierschrank** - Wenn Sie Ihre Milch einfrieren möchten, sollten Sie dies so bald wie möglich nach dem Abpumpen tun (innerhalb von 24 Stunden). Gefrorene Milch kann im Gefrierschrank auf der Neugeborenenstation bis zu drei Monate lang aufbewahrt werden.

Wenn Sie Ihre Milch in kleinen Mengen aufbewahren, vermeiden Sie, dass Milch verschwendet wird, insbesondere wenn Sie sie einfrieren möchten.

Wenn Sie abgepumpte Muttermilch von zu Hause mitbringen, geben Sie diese bitte gleich nach Ihrer Ankunft im Krankenhaus Ihrer Hebamme oder einer Neugeborenen-Krankenschwester. Wenn Sie von weit her anreisen, verwenden Sie bitte eine Kühltasche und/oder Kühlakkus, um Ihre Milch kühl zu halten.

Wichtige Sicherheitshinweise

- Spritzen zur Säuglingsernährung haben einen frei verschließbaren Deckel, der entfernt werden muss, bevor Sie Ihrem Baby abgepumptes/per Hand gewonnenes Kolostrum oder Milch geben.
- Bewahren Sie Spritzen und Deckel stets außerhalb der Reichweite von Babys und Kindern auf.

Checkliste für das Abpumpen/Ausstreichen per Hand

Die folgende Checkliste zum Abpumpen/Ausstreichen per Hand soll Ihnen als Orientierungshilfe dienen.

Ich habe Folgendes erhalten:

- ☐ ein Stoffherz zum Knüpfen einer Bindung (eines für Sie und eines für Ihr Baby, wenn Ihr Baby auf der Neugeborenenstation liegt)
- ☐ ein Starterpaket zum Abpumpen von Hand
- ☐ ein elektrisches Milchpumpen-Set

Mir wurde gezeigt, wie man:

- ☐ von Hand abpumpt (u. a. wann man damit beginnt und wie oft)
- ☐ eine elektrische Milchpumpe verwendet (u. a. wann man die verschiedenen Modi nutzt)
- ☐ prüft, welche Größe des Milchpumpentrichters (Flansch) verwendet werden soll
- ☐ das Abpump-Set wäscht und sterilisiert (und wo dies gemacht werden kann)
- ☐ sich bei vCreate anmeldet (wenn Ihr Baby auf der Neugeborenenstation liegt)

Kontakt

Wenden Sie sich Fragen oder Bedenken zum Abpumpen Ihrer Muttermilch bitte an Ihre Hebamme oder Krankenschwester für Neugeborene, oder kontaktieren Sie das zuständige Team für Säuglingsernährung unter den unten angegebenen Kontaktdaten.

Team für Säuglingsernährung auf der Neugeborenenstation
Telefon: **07920 184353**

Team für Säuglingsernährung auf der Entbindungsstation
Telefon: **07786 267584**

Sollte keines dieser Teams Ihren Anruf entgegennehmen können, hinterlassen Sie bitte eine Sprachnachricht mit Ihrem Namen, Ihrer Telefonnummer und einer kurzen Nachricht. Ein Mitglied des Teams wird sich dann innerhalb von 48 Stunden mit Ihnen in Verbindung setzen.

Nützliche Links:

www.bliss.org.uk/parents/about-your-baby/feeding/breastfeeding



www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/breastfeeding-first-days



www.nhs.uk/conditions/baby/breastfeeding-and-bottle-feeding/breastfeeding/expressing-breast-milk



www.nhs.uk/start4life/baby/feeding-your-baby/breastfeeding/expressing-your-breast-milk/expressing-breast-milk



www.nhs.uk/conditions/baby/breastfeeding-and-bottle-feeding/breastfeeding/premature-baby



www.unicef.org.uk/babyfriendly/baby-friendly-resources/breastfeeding-resources/off-to-the-best-start

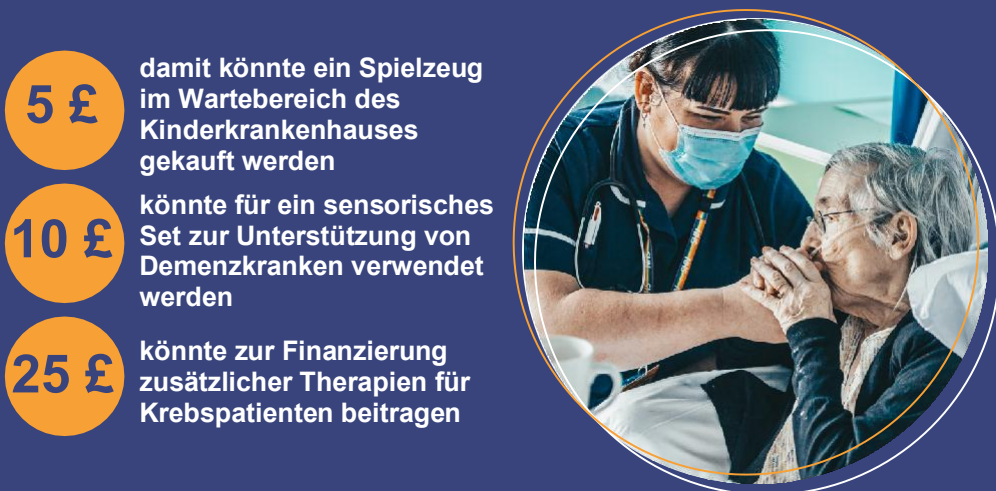


www.uhs.nhs.uk/Media/UHS-website-2019/Patientinformation/Pregnancyandbirth/Your-medication-after-the-birth-of-your-baby.pdf



Werden Sie mit einer monatlichen Spende Teil unserer Familie von Unterstützern der Southampton Hospitals Charity!

Eine monatliche Spende ist eine wunderbare Möglichkeit, Ihre kontinuierliche Unterstützung für die Patienten und Mitarbeiter des University Hospital Southampton zu zeigen. Selbst ein kleiner Betrag kann einen großen Unterschied machen!



- 5 £** damit könnte ein Spielzeug im Wartebereich des Kinderkrankenhauses gekauft werden
- 10 £** könnte für ein sensorisches Set zur Unterstützung von Demenzkranken verwendet werden
- 25 £** könnte zur Finanzierung zusätzlicher Therapien für Krebspatienten beitragen

Lastschriftgarantie. Diese Garantie sollte vom Zahlenden einbehalten werden.



- Diese Garantie wird von allen Banken und Bausparkassen angeboten, die Aufträge zur Zahlung von Lastschriften annehmen. Bei Änderungen des Betrags, des Datums oder der Häufigkeit Ihrer Lastschrift wird die Southampton Hospitals Charity Sie vor der Abbuchung von Ihrem Konto (normalerweise 10 Arbeitstage) benachrichtigen, oder wie anders vereinbart. Wenn Sie Southampton Hospitals Charity anweisen, eine Zahlung einzuziehen, erhalten Sie zum Zeitpunkt der Beauftragung eine Bestätigung über den Betrag und das Datum.
- Wenn bei der Zahlung Ihrer Lastschrift durch Southampton Hospitals Charity oder Ihre Bank oder Bausparkasse ein Fehler auftritt, haben Sie Anspruch auf eine vollständige und sofortige Rückerstattung des gezahlten Betrags durch Ihre Bank oder Bausparkasse. Erhalten Sie eine Rückerstattung, auf die Sie keinen Anspruch haben, müssen Sie diese auf Verlangen der Southampton Hospitals Charity zurückzahlen.
- Sie können eine Lastschrift jederzeit stornieren, indem Sie sich einfach an Ihre Bank oder Bausparkasse wenden. Möglicherweise ist eine schriftliche Bestätigung erforderlich. Bitte benachrichtigen Sie uns ebenfalls.

***Gift Aid-Erklärung** - Ich bin im Vereinigten Königreich einkommens- oder kapitalertragssteuerpflichtig. Ich habe diese Erklärung gelesen und möchte, dass die Southampton Hospitals Charity die Steuern auf meine Spenden zurückfordert. Ich bin mir bewusst, dass ich im Steuerjahr einen Betrag an Einkommenssteuer und/oder Kapitalertragssteuer zahlen muss, der mindestens dem Steuerbetrag entspricht, den alle Wohltätigkeitsorganisationen und gemeinnützigen Amateursportvereine, denen ich spende, für meine Spenden in diesem Steuerjahr zurückfordern. Ich nehme zur Kenntnis, dass andere Steuern wie Mehrwertsteuer und Gemeindesteuer nicht berücksichtigt werden.

Ja, ich möchte das Krankenhaus mit einer monatlichen Spende an die Southampton Hospitals Charity unterstützen

1. Meine Angaben

Anrede: _____ Vorname: _____ Nachname: _____

Adresse: _____

Postleitzahl: _____

Tel.-Nr.: _____ E-Mail: _____

Bitte geben Sie oben Ihre E-Mail-Adresse an, wenn Sie über die Verwendung Ihrer Spende sowie über weitere Möglichkeiten, wie Sie helfen können, auf dem Laufenden gehalten werden möchten.

2. Regelmäßige Spenden

Ich möchte eine regelmäßige monatliche Spende in Höhe von: £5 ☐ £10, ☐ £25 ☐

ODER einem anderen Betrag leisten £

monatlich per Lastschriftverfahren. Bitte belasten Sie mein Konto am folgenden Tag des jeweiligen Monats: 1. ☐ 15 ☐

3. Steigern Sie den Wert meiner Spende um 25 %

Wenn Sie dies noch nicht getan haben, können Sie den Wert Ihrer Spende für die Wohltätigkeitsorganisation ohne zusätzliche Kosten für Sie um 25 % steigern, indem Sie diese Gift Aid-Erklärung ankreuzen.

☐ Ja, ich bin britischer Steuerzahler und möchte diese Spende sowie alle zukünftigen Spenden und alle Spenden, die ich in den letzten vier Jahren an die Southampton Hospitals Charity geleistet habe, mit Gift Aid unterstützen.

☐ Nein, ich bin kein britischer Steuerzahler

Ich bin mir bewusst, dass ich die Differenz zahlen muss, wenn ich weniger Einkommensteuer und/oder Kapitalertragsteuer zahle als der Betrag, der für alle meine Spenden in diesem Steuerjahr im Rahmen von Gift Aid geltend gemacht wird. Bitte benachrichtigen Sie die Southampton Hospitals Charity, wenn Sie diese Spende stornieren bzw. Ihren Namen oder Ihre Anschrift ändern möchten oder nicht mehr genügend Einkommensteuer und/oder Kapitalertragsteuer zahlen.

giftaid it

4. Anweisungen an Ihre Bank oder Bausparkasse zur Zahlung per Lastschriftverfahren

Name(n) des/der Kontoinhaber(s): _____

Gläubiger-Identifikationsnummer:

6	9	1	2	1	3
---	---	---	---	---	---

Charities Aid Foundation, 25 Kings Hill Avenue, Kings Hill, West Malling, Kent ME19 4TA

Kontonummer:

--	--	--	--	--	--	--	--

 Postleitzahl:

--	--	--	--	--	--	--	--



SCAN ME

Banken und Bausparkassen akzeptieren möglicherweise keine Lastschriftaufträge von bestimmten Kontoarten.

Anweisung an Ihre Bank oder Bausparkasse. Bitte zahlen Sie die Lastschriften der Charities Aid Foundation re Southampton Hospitals Charity von dem in dieser Anweisung angegebenen Konto, vorbehaltlich der durch die Lastschriftgarantie gewährten Sicherheiten. Ich bin mir bewusst, dass diese Anweisung bei der Charities Aid Foundation re Southampton Hospitals Charity aufbewahrt werden kann und dass in diesem Fall die Daten elektronisch an meine Bank/Bausparkasse weitergeleitet werden.

Unterschrift(en): _____

Datum: _____

Sie können Ihre monatliche Spende auch online über unsere Website einrichten - southamptonhospitalscharity.org/donate oder durch Scannen des QR-Codes.

5. Was müssen Sie jetzt machen

Bitte schicken Sie dieses Formular an unsere Freepost-Adresse: Freepost RRUA-CSKX-JUBZ, Southampton Hospitals Charity, Mailpoint 135, Southampton General Hospital, Tremona Road, Southampton, SO16 6YD.

REG001

Nummer der Wohltätigkeitsorganisation: 1051543

Wenn Sie Patient in einem unserer Krankenhäuser sind und dieses Dokument übersetzt oder in einem anderen Format, wie z. B. in leichter Sprache, Großdruck, Braille oder Audio, benötigen, rufen Sie bitte die Nummer **0800 484 0135** an oder schicken Sie eine E-Mail an **patientsupporthub@uhs.nhs.uk**.

Wenn Sie Hilfe bei der Vorbereitung Ihres Besuchs, bei der Organisation eines Dolmetschers oder beim Zugang zum Krankenhaus benötigen, besuchen Sie bitte **www.uhs.nhs.uk/additionalsupport**

www.uhs.nhs.uk