

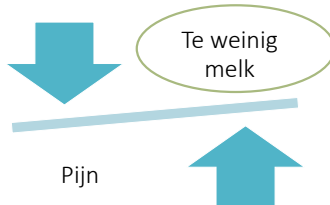
Groei en borstvoeding

Myrte van Lonkhuijsen, lactatiekundige IBCLC

Iedereen is bang voor te weinig melk

Toch?

Wat is de belangrijkste reden om voortijdig te stoppen met voeden?



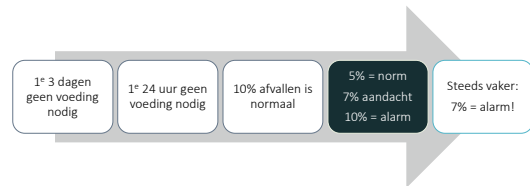
“Het is heel gewoon als er even wat kunstvoeding nodig is”



De zorg: Stille ondervoeding/uitdroging aan de borst en hersenschade door lage bloedsuikers

1. Borstvoeding faalt (bijv. niet goed aanleggen)
2. Zuigeling slaapt veel en drinkt en plast minder
3. Abnormaal gewichtsverlies
4. Laboratoriumwaarde van het serum Natrium stijgt; zoals bij uitdroging
5. De behandeling zou rehydratie kunnen zijn, maar men geeft nooit rehydratievloeistof maar altijd kunstvoeding (zoals bij ondervoeding)
6. Onbehandeld kan het tot complicaties en gezondheidsschade leiden

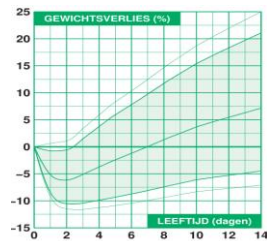
De praktijk ontwikkeling



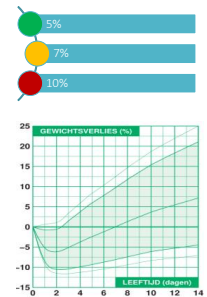
Ontwikkeling groeidiagram gewichtsverlies

Doel

- Preventie van stille uitdroging (ondervoeding) aan de borst
- Gezond verloop, kan angst voor uitdroging of ondervoeding voorkomen
- Gezond verloop, kan ongewenste interventies voorkomen, zoals onnodig bijvoeden met een fles



- Percentages en groeidiagrammen geven inzicht in normaal en abnormaal gewichtsverlies
- Zeer geschikt om baby's met stille uitdroging aan de borst tijdig op te sporen
- Groeidiagram ook zeer geschikt om onnodige bijvoeding te voorkomen
- Minder geschikt voor baby's met heel hoog geboortegewicht (> 2 SD)
- Geven geen inzicht in bloedsuikerspiegel
- Klinische blik blijft essentieel
- Preventie beter én leuker dan genezen



Genoeg melk

- Voed vroeg
- Voed vaak
- Voed goed



Wanneer starten met voeden en/of kolven?

Hoe sneller hoe beter

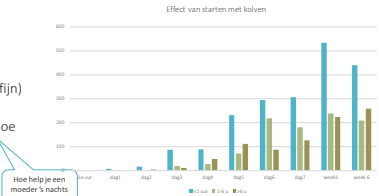
Het eerste uur is echt belangrijk

Huid op huid is nuttig (en fijn)

Liever vaak en kort voeden/kolven dan af en toe lang

Nachten helaas belangrijk

Handkolven in de eerste 2 dagen vaak effectiever dan kolfapparaat

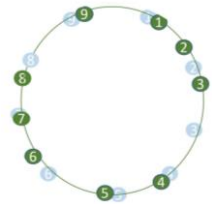


Vroeg en vaak is haalbaar



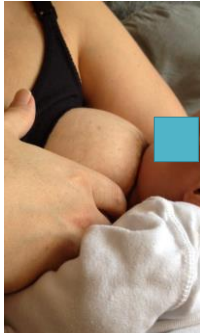
Schuiven met tijd geeft winst

- Gemiddeld om de 3 uur is niet óm de 3 uur.
- Clusteren is normaal voor baby's.
- Clusteren is ook fijn voor ouders.
- Clusteren werkt prima met kolven
- Clusteren stimuleert melkproductie



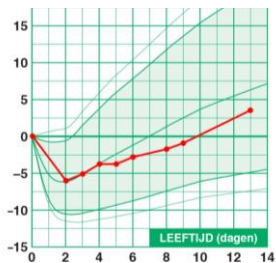
Genoeg melk?

8 - 10 voedingen
 2 borsten per x tenzij overduidelijk heel veel melk
 15-40 min per voeding
 Regelmatig zuigen
 Baby drinkt actief
 Tenminste 1 borst zacht
 Tevreden na voeding
 'Vraagt' zelf om eten
 Poept > 1 x per dag
 Plast > 5 x per dag helder



Wat staat er niet bij?

14



2e nacht 3e dag: beruchte dip

Afgevallen? Betekent NIET dat het niet goed ging

Onrustig: Betekent NIET dat het niet goed ging

Gevoelige tepels? Kan er bij horen maar pijn niet!



Let op aanleggen

Als de tepel wordt afgeklemd
 Dan
 Wordt automatisch ook de
 melkstroom afgeknepen

Pijn is NIET fijn!

Bij donkere huid extra opletten!

Voorlichting door voorspellen

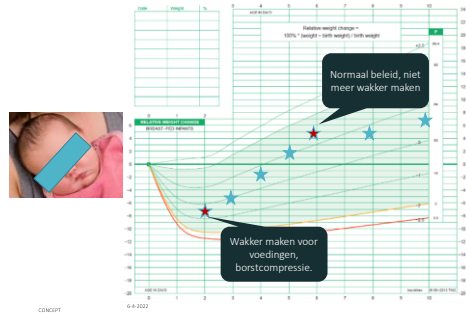
Alle ouders zijn bang voor te weinig melk

De meeste zorgprofessionals ook.

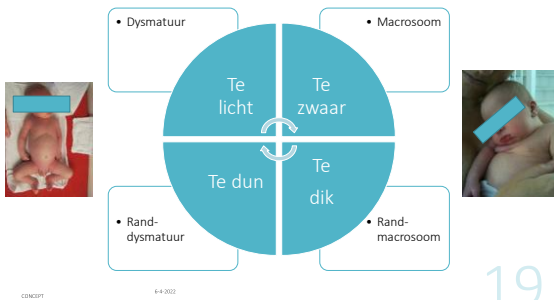
Het duidelijke beeld van het groeidiagram, met die zichtbare dip, komt binnen.

Voorspellen maakt meer indruk dan achteraf uitleggen: voorspel dus waar je kunt!

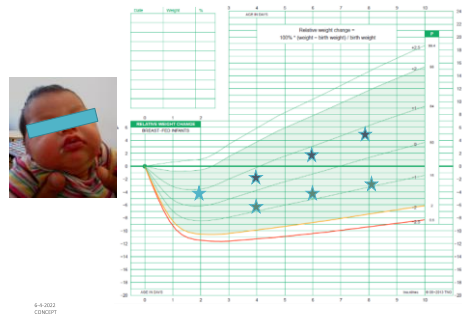
Gebruik van het groeidiagram in prenatale voorlichting geeft ouders grip



18



19



Als bijvoeding gestart wordt

Bijvoeding starten kan om meer redenen dan alleen gewichtsverlies.

Overvoeden heeft meerdere nadelen voor de duur van borstvoeding:

- De baby drinkt minder goed aan de borst want mist hongerprikkel
- Borsten worden ondergestimuleerd
- Volwassenen zien twijfel borstvoeding bevestigd

Veilig minderen van bijvoeding is nodig; begin meteen met stoppen!

Ook hierbij kan het groeiagram helpen*

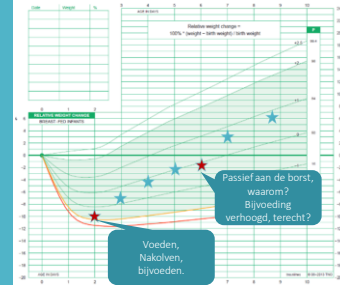
* maar dan wel vaak spelen, vink aan 'baby krijgt volledig borstvoeding'

Bijvoeding monitoren

Bijvoeden kan nodig zijn.
Het groeiagram kan dan helpen inschatten of de hoeveelheid ondersteunend of ondermijnend is.

Als te veel bijvoeding gegeven wordt zal de baby minder actief aan de borst gaan drinken en daarmee zelf inname reguleren.

Als > 2 percentiellijnen doorbroken worden dan is het zinnig om het beleid te herzien. Ook als dat met bijvoeding is.



Vertrouwen is kwetsbaar

Ouders hebben vertrouwen nodig in

- Hun kind
- Hun lichaam
- Hun ouderschap

Bijvoeding kan nodig zijn maar voorkomen is leuker en fijner!



Goede informatie en kennis over normale groei, afvallen, aankomen én babygedrag zijn nodig

Bij voorlichting
Aan aanstaande ouders
Aan zorgprofessionals

Om groei te monitoren

Om bijvoeding te monitoren
Om in te schatten of het nodig is
Om in te schatten wanneer het niet nodig is
Om veilig weer te stoppen met bijvoeden

Als wat je ziet niet klopt met wat je voelt of andersom

Verwijzingen

- <https://www.ncj.nl/richtlijnen/alle-richtlijnen/richtlijn?richtlijn=27&rlpaag=1160>
- <https://www.tno.nl/rwc>
- <https://www.tno.nl/media/8614/gewichtsverlies010dagen2.pdf>
- Parker et al:
<https://www.google.com/search?q=parker+study+first+hour+milk+production&tbm=isch&client=firefox-b-#hl=nl&sa=X&ved=2ahUKEwjNmT6aLw4hUEFKQKHrBODzMQBxoECAEQIQ&biw=1903&bih=938#imgrc=cs6Xa349fK6yM>