

Pijn bij borstvoeding

een onvermijdelijk verhaal of handige leidraad?

Annelies de Haan en Heleen Hilgers
Borstvoedingscentrum-Boezemvriend-Amsterdam

heleenhilgers@deboezemvriend.com
adehaan@deboezemvriend.com



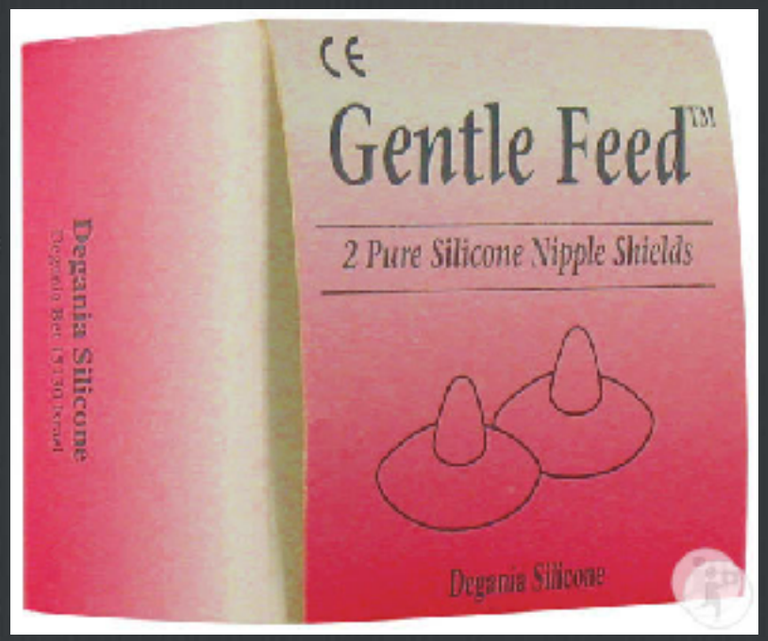
De grootste groep moeders stopt binnen 4 weken met de borst

46% te weinig melk – 13% pijnklachten

Pijn hoort erbij of toch niet..?

- ☐ Wie zijn wij..
- ☐ ‘Pijn hoort niet’ Toch ervaart meerderheid enige pijn
- ☐ Pijn is een aanslag op conditie en ondermijnt zelfvertrouwen
- ☐ Pijn is een van de top 3 redenen om te stoppen
- ☐ Wat was de visie 20 jaar geleden? Wat vinden we nu?

Pleisters op de wonden zijn vaak niet genoeg





- ☐ cremes, pads, hoedjes….
- ☐ kolven
- ☐ internet / boeken
- ☐ tips and tricks van andere moeders
- ☐ pijnstilling

Factoren divers en vaak een combinatie

- ☐ aanlegtechniek
- ☐ voorgeschiedenis / eerdere ervaring / angst
- ☐ matige conditie door belaste zwangerschap en/of partus
- ☐ Pijn als gevolg van partus of iets anders
- ☐ vermoeidheid
- ☐ ruime of krappe productie of toeschietreflex
- ☐ type huid
- ☐ vorm borst / tepels
- ☐ vetreserves kind (wangvet) / dysmaturiteit
- ☐ vorm kaak, tong, gehemelte, tongriem
- ☐ infectie candida of bacterieel



Grav 1 groeiachterstand
leeftijd 29
Cardioloog io
39+6
geb 3330 / 3: 3200 / 5: 3100
Thuis bevallen ongepland
Via Femme naar ons verwezen

Pijn vanaf begin. Advies doorzetten. Moeder geeft aan de pijn onvoldoende aangekaart te hebben.
Stuwing heftig. Tepels wat vlak. Baby valt snel stil tijdens bv. Tepelhoedjes zonder succes.

Dag 6 tepels bloeden. Kolf in huis. Productie goed op de kolf. Bv gecontinueerd. Moeder vertrouwt er niet op dat de baby voldoende drinkt uit de borst.
Dag 7 dreigende mastitis. Bijvoeding max 70
Dag 8 Christel: moeder zit er doorheen. Veel pijn. Besluit om te kolven volledig. Moeder kolft wisselend 20-70 per borst. Aanvulling kunstvoeding zoveel als gewenst.

Dag 15 Duoconsult
- klein mondje
- weinig wangvet
- spruw
- overstrekking nek
- wisselende prod
- vermoeidheid beiden
- korte aanlegsessie
- veel bijvoeding 8 x 100 / spugen / kolft 5 x 40 a 60
- veel onrust / baby slaapt alleen bij moeder
- magere moeder / valt nu snel af
- gewicht baby 3600





casus Anna en Leon

- [ ] Anna 35 - architect
- [ ] 21-4-17 Leon 41 wkn grav 3800 gram
- [ ] partus erg pijnlijk, geen persweeen, baarkruk
- [ ] pp goed aan de borst
- [ ] cup H, li tepel ingetrokken
- [ ] pijn vanaf begin
- [ ] dag 6 heftige stuwing en kloven
- [ ] week 2 verdenking spruw en behandeling

Anna en Leon



- [ ] consult 1 - dag 17
- [ ] behandeld als spruw tot consult / pijn / mastitis
- [ ] kolven en hoedje / antibiotica
- [ ] weinig doorstroom op de kolf
- [ ] consult 2 dag 26 (duo)- tepels herstellende, nog pijnlijk, mastitis nog niet geheel weg







consult 1





consult 2



Behandelen pijnklachten

- ☐ is vaak teamwork!
- ☐ vroeg signaleren verkort herstel
- ☐ kolven als pijn continu is, productie op gang brengen
- ☐ oplossen niet altijd mogelijk binnen kraamzorgtijd
- ☐ pijnklachten kunnen ook na maanden ontstaan
- ☐ inschakelen / overleg lactatiekundige
- ☐ schone huid, wassen met water
- ☐ voorzichtig met hoedjes

Wat kan jij doen?

- ☐ serieus nemen van elke klacht, ook al ziet het er goed uit
- ☐ geruststellen, borstvoeding hoeft niet gelijk te lukken
- ☐ bewaken conditie / preventie
- ☐ advies afstemmen op haalbaarheid
- ☐ overleg met lactatiekundige / verloskundige
- ☐ vroeg actie ondernemen, een kloof is laat signaal