



Colostrum afkolven tijdens de zwangerschap

Het afkolven van colostrum tijdens de zwangerschap kan zinvol zijn voor specifieke doelgroepen. Te denken valt aan vrouwen met (zwangerschaps)diabetes, vrouwen met onvoldoende klierweefsel in de borsten of vrouwen die in het verleden een borstoperatie hebben ondergaan. Omdat voor hen het risico op bijvoeden van de baby na de geboorte iets groter is, kan een voorraadje colostrum voorkomen dat de baby kunstvoeding krijgt.

Bij de meeste vrouwen leidt afkolven tijdens de zwangerschap niet tot samentrekkingen van de baarmoeder. Er komt niet meer oxytocine bij vrij dan tijdens het vrijen of tijdens het voeden van een oudere baby of peuter in de zwangerschap. Vrouwen die al eerder prematuur bevallen zijn, kunnen overleggen met hun arts of verloskundige alvorens te gaan afkolven tijdens de zwangerschap.

De moeder kan enkele weken voor de uitgekende datum beginnen met afkolven. Het afkolven gaat het gemakkelijkst als de borsten warm zijn, bijvoorbeeld na het douchen. De moeder masseert de borsten tot er druppels colostrum komen. Daarna kolft zij met de hand enkele minuten af. Het colostrum kan worden opgevangen met bijvoorbeeld een cupje of theelepeltje. De melk kan vervolgens met een kleine spuit worden opgezogen. Daarna wordt de melk met spuitje en al ingevroren. De datum van het afkolven kan op een etiketje genoteerd worden en op de spuit worden geplakt. Als de moeder kort voor de bevalling heeft afgekolfd, kan het colostrum gedurende 48 uur achterin de koelkast worden bewaard.

Als de moeder bevallen is en om wat voor reden dan ook haar baby niet direct of niet vaak genoeg kan voeden, of als de baby

aantoonbaar behoefte heeft aan meer voeding dan hij rechtstreeks bij zijn moeder drinkt, dan kan het voorraadje colostrum aangesproken worden. Zo wordt voorkomen dat de baby met kunstvoeding moet worden bijgevoed.

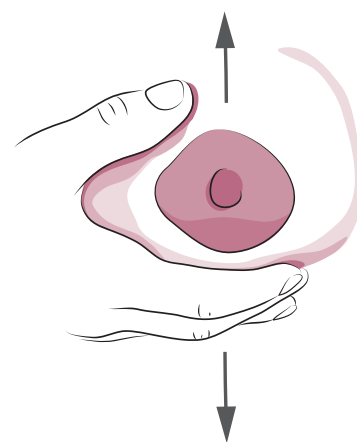
Als er geen medische noodzaak is voor bijvoeden, is het niet nodig de voorraad colostrum aan te spreken. Ook baby's van diabetische moeders hebben gewoonlijk voldoende aan het colostrum wat zij bij hun moeder aan de borst drinken. Om genoeg melk binnen te krijgen is het belangrijk dat de baby's veel op het lichaam van hun moeder zijn, vaak aan de borst gaan en effectief drinken.

Ook voor moeders die niet tot een risicogroep behoren kan afkolven van colostrum in de zwangerschap zinvol zijn. Moeders die al voor de bevalling met de hand hebben leren afkolven, hebben meer vertrouwen in het slagen van de borstvoeding. Niet alleen hebben ze gezien dat hun borsten inderdaad melk kunnen maken, maar ze hebben zich ook de techniek van met de hand afkolven eigen gemaakt. Mocht hun baby niet direct goed aan de borst drinken na de geboorte, dan kunnen ze door af te kolven hun baby toch van voeding voorzien en tevens hun melkproductie stimuleren.

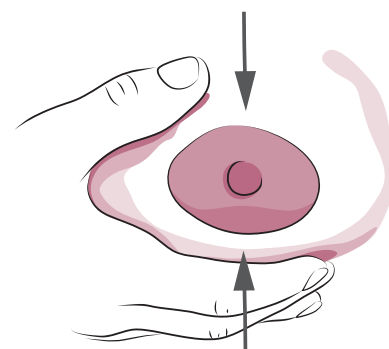
Afkolven van colostrum tegen het einde van de zwangerschap kan voorkomen dat baby's na de geboorte moeten worden bijgevoed met kunstvoeding. Ervaring met het afkolven met de hand vergroot het zelfvertrouwen van moeders in hun vermogen hun baby zelf te voeden.

Bronnen zie website: www.lalecheleague.nl/zorgverleners/bulletin-borstvoeding

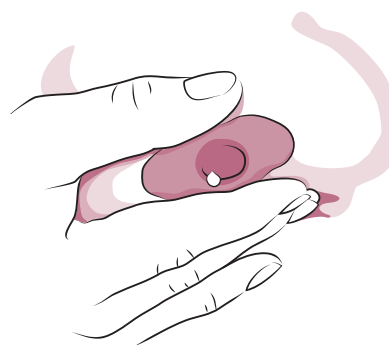
Afkolven met de hand



Was de handen en neem de borst in de hand (2 tot 3 cm achter de tepel) met de duim boven en de vingers onder de tepel in de vorm van een 'C'.



Duw de hand naar de borstkas (fig. 1) en druk duim en vingers ritmisch naar elkaar toe (fig. 2 en 3). Wrijf of glijd niet met de vingers over de huid, maar maak een duwende beweging.



Verplaats de vingers rondom de tepelhof zodat alle melkkanalen aan de beurt komen.

Foley Cupfeeder

De Foley Cupfeeder is ontwikkeld om bijvoeding (bij voorkeur afgekolfd moedermelk) aan de baby te geven als voeden aan de borst (tijdelijk) niet mogelijk is. Deze cupfeeder is gemaakt van soepel materiaal met een voorgevormde tuit. Doordat de melk in het tuitje blijft staan, kan de baby het gemakkelijk oplikken en goed zelf bepalen hoeveel hij neemt. Dit heeft tevens als voordeel dat er minder melk geknoeid wordt. Prijs per stuk €4,50, korting bij grotere aantallen.



Nieuw! Borstvoeding; handleiding voor de zorgverlener

Borstvoeding; handleiding voor de zorgverlener is een standaardwerk voor zorgverleners op het gebied van borstvoeding. Het boek is volledig herschreven en sluit aan op het laatste wetenschappelijk onderzoek. De nieuwe editie verschijnt in het voorjaar van 2014.

De afgelopen jaren zijn internationaal nieuwe inzichten ontwikkeld met betrekking tot het drinken aan de borst. Door het stimuleren van het natuurlijk voedingsgedrag van de baby kan optimaal gebruik gemaakt worden van de reflexen bij moeder en kind. Nu kunnen ook Nederlandse zorgverleners deze kennis gebruiken voor de begeleiding bij borstvoeding. Naast de achteroverleunende houding is er uiteraard ook voldoende aandacht voor traditionele voedingshoudingen.

Een ander onderwerp dat in geen Nederlands boek wordt besproken, is wat er binnen in het mondje gebeurt als een baby aan de borst drinkt. Een geheel nieuwe serie illustraties ondersteunt de tekst op een heldere en consistente manier.

Borstvoeding; handleiding voor de zorgverlener is geschikt als studieboek en naslagwerk. Aan het eind van elk hoofdstuk staat een samenvatting van de stof en een aantal vragen. Het is het enige Nederlandstalige boek dat up-to-date is en de diepte in gaat - en daarmee het aangewezen boek voor (scholing van) zorgverleners op het gebied van borstvoeding.

Leverbaar vanaf mei. Prijs € 24,50. Voor bestellingen t/m 15 juni geldt een voorintekensprijs van slechts €19,50. ISBN 978-90-801223-3-8



Hét Borstvoedingcongres 2014

De Samenwerkende Borstvoeding Organisaties (SBO) organiseren op **donderdag 25 september 2014** voor de zesde keer 'Hét Borstvoedingcongres'. Gerenommeerde sprekers uit binnen- en buitenland zullen daar hun kennis over borstvoeding met u delen.

- 09.15 - 09.30 Welkom
09.30 - 11.00 Diana Cassar-Uhl
Supporting mothers with insufficient glandular tissue
- 11.00 - 11.30 Pauze
11.30 - 12.30 • Monique Bonné-van de Ven en Simone Kuppens
Gentle Sectio, een belangrijke stap in het hechtingsproces
• Carlos González
Affective needs of children
- 12.30 - 13.30 Lunch
13.30 - 14.00 Juanita Jauer Steichen
The International Code of Marketing of Breastmilk Substitutes
- 14.00 - 14.15 Uitreiking borstvoedingsprijs 2014
14.15 - 15.30 • Caterina Band
Wetenschappelijk onderzoek in de gezondheidszorg
• Diana Cassar-Uhl
Vitamin D: mothers, babies and you
- 15.30 - 16.00 Pauze
16.00 - 17.00 Carlos González
Breastfeeding and complementary feeding
17.00 - 17.10 Afsluiting

Kosten deelname: € 130,- bij inschrijving en betaling voor 31 mei 2014, daarna €140,-
Uitgebreid programma en inschrijving: www.borstvoeding.nl/borstvoedingcongres

Tijdschrift BOVA

BOVA is het full-colour magazine van La Leche League voor iedereen die persoonlijk of beroepsmatig geïnteresseerd is in borstvoeding.



In elke BOVA staat een mix van informatieve artikelen en ervaringen. Daarnaast zijn er wisselende rubrieken zoals columns en interviews, en worden nieuwe boeken over borstvoeding en ouderschap besproken. Ook vaders komen aan het woord.

Voor slechts €17,50 ontvangt u BOVA vijf keer per jaar in de brievenbus. Een blad om zelf te lezen, of om als informatieve aanvulling op de leestafel te leggen.

Abonneren kan eenvoudig via bijgevoegd bestelformulier of via de webwinkel.
ISSN 0927 622X

Nieuwe én bestaande publicaties kunt u gemakkelijk bestellen via het bijgevoegde bestelformulier of in de webwinkel. Houders van een documentatieabonnement ontvangen nieuwe publicaties automatisch bij de eerstvolgende aanvulling.