



Medisch ingrijpen en de invloed op de borstvoedingsrelatie

Ingrepen bij de bevalling zijn niet altijd te vermijden en soms zelfs levensreddend. Het is echter goed te weten wat het effect is op de borstvoeding, zodat er adequaat gehandeld kan worden om toch een goede start te maken met borstvoeding.

Recent onderzoek

Uit onderzoek dat recent werd gepubliceerd in Birth en dat werd gedaan door onderzoekers uit Nederland, Ierland, Groot-Brittannië en Australië, kwam naar voren dat ingrepen bij de bevalling van invloed zijn op de (latere) gezondheid van de baby. Deze ingrepen varieerden van oxytocine om de geboorte van de placenta te bespoedigen tot geplande keizersnedes. Onderzoek werd verricht met behulp van gezonde moeders, bevallen van een gezonde baby na een gezonde zwangerschap. De reden van de interventies werd buiten beschouwing gelaten.

Moeder-kindscheiding

Door interventies tijdens de bevalling komt de voor borstvoeding zo belangrijke eerste periode in het gedrang: de kennismaking van moeder en baby waarbij de baby op de borst van de moeder ligt en zelf op zoek kan gaan naar de tepel voor de eerste voeding. Tijdens deze eerste voeding kan het huid-op-huidcontact ervoor zorgen dat de baby een stabielere temperatuur, glucosespiegel, hartslag en ademhaling heeft. Vooral bij een keizersnede is na de geboorte vaak sprake van scheiding van moeder en kind. Tegenwoordig is het in sommige ziekenhuizen mogelijk om gebruik te maken van een natuurlijke keizersnede (zie kader)

Vochtinfuus

Door het toedienen van een vochtinfuus bestaat de kans op een vals hoog geboortegewicht: niet alleen de moeder heeft extra vocht in haar lichaam, ook de baby krijgt dit extra vocht binnen via de placenta. Doordat dit vocht in de eerste 24 uur wordt uitgescheiden, lijkt de baby veel af te vallen, wat



de kans op bijvoeding - met ander vocht dan borstvoeding - vergroot.

Pijnstilling

Gebruik van pijnstilling tijdens de bevalling is van invloed op zowel de moeder als de baby. Zij kunnen hier suf, misselijk en gedesoriënteerd van raken. De gevolgen

van pijnstilling kunnen tot een week aanhouden, de gevolgen van een epidurale injectie nog langer. Uit het onderzoek bleek dat geboortes waarbij medische ingrepen was toegepast, bij de kinderen na zowel 28 dagen als 5 jaar nog invloed op de gezondheid werd gezien.

>>

Natuurlijke keizersnede

Een natuurlijke keizersnede is een operatie waarbij de vaginale bevalling zoveel mogelijk wordt nagebootst. Zo is de operatiekamer minder koud gemaakt (20°C in plaats van 17°C) en wordt het licht gedimd. Zo gauw het hoofd van de baby geboren is, wordt het tussenschot weggehaald en kunnen de aankomende ouders de geboorte van de baby zien. Voor de geboorte van de baby wordt extra tijd genomen zodat de persbeweging van de baarmoeder kan worden gevolgd. Dit heeft veel voordelen voor de longen en de bloedtoevoer van de placenta naar de baby.

Na de geboorte blijft de baby in de buurt van de ouders tijdens de controles en wordt hij daarna op de borst gelegd. Zo kan hij door optimaal gebruik van zijn reflexen op zoek naar de borst. Dit gebeurt al tijdens het afronden van de keizersnede. Ook na de operatie blijven moeder en kind zoveel mogelijk bij elkaar. Zowel op de verkoeverkamer als op de kraamafdeling.

>>

Borstvoeding

Borstvoeding kan van invloed zijn op veel van de gevolgen van medische interventies tijdens de bevalling. Zo vermindert het geven van borstvoeding de kans op geelzien, obesitas en diabetes, oortontsteking en verschillende luchtwegaandoeningen.

Darmflora

In het onderzoek komt niet duidelijk naar voren of en welke baby's van het onderzoek borstvoeding kregen. Wel wordt als theorie aangegeven dat een betere darmflora bijdraagt aan een betere bescherming tegen immunologische en atopische aandoeningen. Darmflora wordt aangelegd door een vaginale bevalling, huid-op-huidcontact en het krijgen van borstvoeding.

Veilig samen slapen



Meer weten over slapen en borstvoeding?

Veel jonge kinderen worden 's nachts wakker op zoek naar nabijheid en borstvoeding. Deze brochure gaat in op nachtelijk ouderschap en hoe hieraan vorm kan worden gegeven. Ook wordt behandeld hoe ouders veilig in één bed met hun baby kunnen slapen. Tevens bevat de brochure tips hoe een borstvoedende moeder de komende nacht al een betere nachtrust kan krijgen.

De brochure is eenvoudig te bestellen via lalecheleague.nl/webwinkel



Alle instanties in de gezondheidszorg raden ouders af samen te slapen met hun baby. Toch eindigen veel baby's in de loop van de nacht bij hun ouders in bed. Vaak gedreven door onmacht en vermoeidheid, kiezen ouders voor de rust die volgt op het bij zich in bed nemen van de baby. Door gebrek aan goede informatie over veilig samen slapen gebeurt dit echter vaak op een onveilige manier.

Slaappatroon

Het slaappatroon van baby's en jonge kinderen is anders dan dat van volwassenen. Baby's slapen niet de hele nacht, vallen op andere manieren in slaap en hebben kortere slaapcycli. Wakker worden gedurende de nacht om te drinken of om in andere behoefte te voorzien is normaal voor baby's en jonge kinderen. Veel ouders zijn hier niet op voorbereid en ervaren het als zeer intensief.

Samen slapen

Als moeder en baby 's nachts samen zijn, raken hun slaapcycli op elkaar afgestemd. Daardoor wordt de baby wakker voor een voeding op een moment dat de moeder niet heel diep in slaap is. Sommige moeders merken dat ze zelf wakker worden vlak voordat hun kind zich meldt voor een voeding. Dat maakt het gemakkelijker voor de moeder om 's nachts de baby te voeden en te troosten. Daarna valt ze ook weer gemakkelijk samen met haar baby in slaap. Het nachtelijk ouderschap kost zo een stuk minder energie.

Angst is een slechte raadgever

Veel ouders zijn bang gemaakt om hun baby 's nachts bij zich in bed te nemen. Niet zelden eindigen moeder en kind slapend op de bank, in een zitzak of op een schommelstoel. Dat dit geen veilige situatie is voor de baby, behoeft geen uitleg. Eindigt de baby toch bij de ouders in bed, dan zijn de slaapomstandigheden vaak niet veilig. Dit vergroot het risico van verstikking of een val uit het bed.

Veilig samen slapen

Een moeder die haar baby borstvoeding geeft kan veilig samen slapen als zij en haar partner niet roken, geen obesitas hebben, niet oververmoeid zijn en geen alcohol, medicijnen of drugs gebruiken. Een stevig matras, passend en geschikt beddengoed, en een goed doorluchte slaapkamer zijn vereisten. Daarnaast moet aan een aantal voorwaarden voldaan worden om een val uit bed te voorkomen.

Tot slot

Borstvoedingorganisatie La Leche League pleit ervoor dat werkers in de gezondheidszorg ouders niet alleen informeren over de risico's van onveilig samen slapen, maar ook over de voorwaarden voor veilig samen slapen en over de voordelen die samen slapen kan bieden voor de borstvoeding.

Borstvoedingswaaier is vernieuwd!



Meer dan
10.000
exemplaren
verkocht!

Een nieuw jasje én een herziene inhoud voor onze populaire **Borstvoedingswaaier**. We hebben sinds de eerste druk al meer dan **10.000 waaiers verkocht!**

De informatie in de borstvoedingswaaier helpt zorgverleners om ouders goed te begeleiden bij het geven van borstvoeding. De waaier richt zich met name op de gezonde zuigeling. Voor informatie over bijzondere omstandigheden verwijzen we naar de andere publicaties van Borstvoedingorganisatie La Leche League. Ouders kunnen zelf ook aan de slag met de waaier. Nooit eerder werd de basisinformatie over borstvoeding zo kernachtig verwoord en zo handzaam verpakt. De waaier past gemakkelijk in tas of broekzak, zodat de juiste informatie altijd en overal beschikbaar is.

Prijs € 9,50

ISBN 978-90-801223-6-9

64 pagina's

Formaat: 130 x 75 mm, ronde hoeken en voorzien van busschroef

Per stuk geseald

Bestellen kan eenvoudig via onze webwinkel:

www.lalecheleague.nl/webwinkel

Documentatiemap- en abonnement

Om het organisaties en individuele zorgverleners in de ouder- en kindzorg gemakkelijk te maken, is de documentatiemap gerealiseerd, aangevuld met het documentatie-abonnement. Alle brochures en informatiebladen worden minimaal eens per vijf jaar herzien en aangepast aan de nieuwste wetenschappelijke inzichten.

- **De documentatiemap** bevat de volledige set recente brochures en informatiebladen, elk apart in een insteekhoes, verzameld in een ringbandmap met opdruk. Zo heeft u altijd de beschikking over een passende brochure om uw cliënt van betrouwbare informatie te voorzien. **Prijs: € 34,50**
- **Met het documentatie-abonnement** blijft de map actueel, door jaarlijkse toezending van nieuwe en herziene uitgaven. Bovendien ontvangt u ook jaarlijks het magazine 'Borstvoeding Vandaag'. **Prijs: € 12,50**



Bestellen

Brochures en informatiebladen zijn vanzelfsprekend ook los te bestellen, zodat u de map kunt aanvullen wanneer u informatiemateriaal aan uw cliënten heeft verstrekt. LLL-brochures en informatiebladen zijn ook als PDF verkrijgbaar. www.lalecheleague.nl/webwinkel

Publicaties voor zorgverleners

Borstvoedingorganisatie La Leche League heeft naast de borstvoedingswaaier nog meer publicaties gericht op zorgverleners. '**Borstvoeding, handleiding voor de zorgverlener**' is een standaardwerk voor zorgverleners op het gebied van borstvoeding. Het heeft diepgaande inhoud en is toegankelijk geschreven. Dit boek vult zowel de functie van leerboek voor studenten als die van naslagwerk voor zorgverleners.

Borstvoeding in beeld' bevat een reeks van illustraties die vele facetten van borstvoeding duidelijk en aansprekend weergeven en is geschikt voor informatievoorziening door zorgverleners in kleine groepen en in individuele situaties. Nu in de tweede druk verkrijgbaar, met extra pvc tussenbladen bij de groeicurven zodat u kunt mee tekenen met stift en weer uitwissen. In combinatie met de handleiding beschikt de (aanstaande) zorgverlener over een compleet pakket waarmee ze hun kennis kunnen vergroten en moeders kunnen helpen.



Nieuwe én bestaande publicaties kunt u bestellen via lalecheleague.nl/webwinkel (ook verkrijgbaar als pdf).

E-learning Borstvoeding

La Leche League Nederland is een actieve partner in het Nationaal Platform Borstvoeding en heeft in die hoedanigheid meegewerkt aan de e-learning borstvoeding voor zorgprofessionals van het Voedingscentrum.

Veel beroepsgroepen verlenen accreditatiepunten voor deze e-learning, die ongeveer drie uur duurt (en in delen kan worden gedaan) en die wordt afgesloten met een eindtoets van ca. een half uur.

leeromgeving.voedingscentrum.nl

Altijd leuk en nuttig om kennis te toetsen en zo nodig bij te spijkeren! De publicaties van LLL kunnen daarbij een goede hulp zijn.



Neem ook een kijkje op: www.lalecheleague.nl

Hier vindt u onder andere:

- het Borstvoeding ABC
- een speciaal gedeelte voor zorgverleners
- contactgegevens van alle LLL-leidsters in Nederland
- een uitgebreide webwinkel



Borstvoeding Vandaag 2018

Borstvoeding Vandaag is het jaarlijkse magazine van Borstvoedingorganisatie La Leche League voor iedereen die geïnteresseerd is in borstvoeding.

Het kleurrijke magazine is een prima aanvulling op de leestafel in de wachtruimte van de praktijk of afdeling.

De Borstvoeding Vandaag bevat een mix van informatieve artikelen en ervaringsverhalen. Het thema van ons magazine van 2018 is 'Ziekenhuis'. Aan bod komt onder andere borstvoeding na een keizersnede, medicijngebruik bij borstvoeding en afkolven tijdens de zwangerschap.

Ons magazine Borstvoeding Vandaag is verkrijgbaar via de webshop. De gebruikelijke kortingsregeling is ook op ons magazine van toepassing.



BULLETIN BORSTVOEDING krijgt u het al digitaal?

Bulletin Borstvoeding wordt ongeveer twee keer per jaar kosteloos toegestuurd aan instellingen in de gezondheidszorg en aan individuele zorgverleners met belangstelling voor borstvoeding.

Digitaal abonnement

Een digitaal abonnement biedt voordelen:

- u ontvangt Bulletin Borstvoeding sneller dan per post;
- het bulletin is eenvoudig te verspreiden binnen uw organisatie;
- de kosten voor La Leche League zijn aanzienlijk lager.

U kunt eenvoudig een **digitaal abonnement** aanvragen door een mail te sturen naar **info@lalecheleague.nl** (Nederland) of **info@lalecheleague.be** (Vlaanderen). U kunt het abonnement zowel persoonlijk als voor een organisatie aanvragen.

Adresbestand actualiseren

Vanwege de sterk toegenomen portokosten willen we ons adresbestand graag actualiseren. **Ontvangt u Bulletin Borstvoeding op papier en heeft u geen belangstelling (meer), of ontvangt u onnodig meerdere exemplaren binnen uw organisatie?** Dan stellen we het op prijs als u laat weten welk(e) adres(sen) we kunnen verwijderen.

Donatie

Een eventuele donatie op IBAN NL97 INGB 0005 3912 80 t.n.v. stichting La Leche League Nederland te Gouda wordt zeer gewaardeerd. Voor Vlaanderen zijn de bankgegevens: La Leche League België-Vlaanderen vzw, IBAN BE24 4066 0604 9138, BIC: KREDBEBB.



Borstvoedingorganisatie
La Leche League

Stichting La Leche League Nederland

Postbus 212, 4300 AE Zierikzee
www.borstvoedingstelefoon.nl
info@lalecheleague.nl
www.lalecheleague.nl

La Leche League België-Vlaanderen vzw

Koningin Astridlaan 155, 2800 Mechelen
Telefoon: 015 - 557943
info@lalecheleague.be
www.lalecheleague.be