

Het overwinnen van problemen met het geven van borstvoeding

Borstvoeding geven gaat niet altijd vanzelf, maar met een beetje oefening, doorzettingsvermogen en aanwijzingen kan het makkelijker worden. Probeer deze stappen om problemen met het geven van borstvoeding aan te pakken.

- Controleer of de baby goed aanligt. Het mondje moet aan de onderkant meer van de tepelhof bedekken dan aan de bovenkant. Lees onze gids voor goed aanleggen voor meer tips.
- Praat met je verloskundige of zorgverlener als het voeden pijnlijk is. Dit kan zijn omdat de baby niet goed aanligt.
- Beweeg de tepel tegen de bovenlip van de baby om het mondje te openen.
- Gebruik tepelcrème of een beetje moedermelk tussen de voedingen door om eventuele pijn of droogte te verzachten.
- Probeer warme kompressen als je verstopte melkklieren hebt. Raadpleeg je verloskundige of kraamverzorgende voor meer advies.
- Probeer de melk met de hand uit de borst te drukken voor het voeden als de melkproductie hoog is of als de borsten gezwollen zijn.
- Probeer vaker te voeden als de borsten gezwollen raken.
- Blijf zo vaak mogelijk voeden om de productie te stimuleren, want moedermelk werkt op basis van

vraag en aanbod.

- Als ingetrokken tepels een probleem zijn, spreek dit dan met je verloskundige of zorgverlener.
- Probeer de borstkolf voor de voeding als het aanleggen moeilijk is door ingetrokken tepels.
- Leg de baby aan bij de volste borst voor een betere voeding als de baby in slaap valt tijdens het voeden.
- Kietel onder de voetjes van de baby als ze te vroeg in slaap vallen tijdens het voeden.
- Draag extra zogcompressen als er een voeding wordt overgeslagen. De borsten hebben even nodig voordat ze het door hebben.
- Probeer vaker te voeden of te kolven met hulp van een zorgverlener, als er sprake is van borstontsteking. Lees 8 manieren om borstontsteking te voorkomen voor meer tips.
- Praat met je verloskundige of kraamverzorgende als je denkt dat je borstontsteking hebt.
- Praat met je kraamverzorgende of lactatiekundige als je een pijnlijke toeschietreflex hebt.
- Probeer een andere houding als een snelle toeschietreflex een probleem is of als de baby zich ongemakkelijk voelt tijdens het voeden. Bekijk onze gids voor verschillende borstvoedingshoudingen.
- Vergeet niet dat problemen met het geven van borstvoeding na verloop van tijd moeten verminderen.

Bron-URL: <https://www.nestlebaby.be/nl/0-6-maanden/problemen-met-het-geven-van-borstvoeding>