

Het gebruik van een tepelhoedje bij borstvoeding

Als je baby moeite heeft met het drinken aan de borst, kan een tepelhoedje in bepaalde gevallen helpen.

Wat is een tepelhoedje?

Een tepelhoedje is een tepelvormig siliconen lapje, dat over je tepel en tepelhof wordt gelegd. Het ziet eruit als een hoedje, vandaar de grappige benaming.

Er bestaan verschillende merken, zoals Medela, Avent, Ardo en Ameda. En er zijn verschillende maten. Bij het kiezen van de juiste maat wordt rekening gehouden met de grootte van de tepel en de grootte van het mondje van de baby.



Wanneer wordt een tepelhoedje gebruikt?

Het is een (tijdelijk) hulpmiddel. Het kan helpen bij:

- Prematuur geboren baby's;
- Vlakke of ingetrokken tepels;
- Soms bij ernstige stuwing/pijnlijke tepels;
- Baby's, die de fles gewend zijn, leren om aan de borst te drinken;
- Baby's met een zwakke zuigkracht, bijvoorbeeld als gevolg van een afwijkend mondje, ziekte of syndroom;
- Wanneer een baby bij het drinken de tong verkeerd gebruikt.

Het plaatsen van een tepelhoedje op de borst

- Buig de zachte randen van het tepelhoedje naar voren (afbeelding 1).
- Maak de randen nat om verschuiven te voorkomen.
- Plaats het hoedje zo dicht mogelijk over de tepel (afbeelding 2).
- Het open gedeelte moet op de plek zitten waar het neusje van de baby is tijdens de borstvoeding. De baby blijft dan in contact met de geur van de moeder.



Afbeelding 1
(Foto's Ziekenhuis Groep Twente)



Afbeelding 2

Het aanleggen als er een tepelhoedje wordt gebruikt

Dit gaat op dezelfde manier als het aanleggen zonder tepelhoedje.

Aandachtspunten

- Goed aanleggen. Laat je baby aanhappen met de mond wijd open, het hoofdje achterover en met de kin in de borst, het neusje van de borst af en de lippen naar buiten gekruld.
- Je baby moet de gehele tepelhoed in de mond nemen tot aan het brede gedeelte. De lippen zijn hierbij naar buiten gekruld.
- Zorg dat je baby de tepelhoed niet plat drukt of vervormt tussen de kaken. Corrigeer eventueel door op het kinnetje te drukken en zo het mondje wijder open te maken.

Het gebruik van een tepelhoedje bij premature baby's

Sommige premature baby's hebben moeite om de borst goed aan te happen en het vacuüm vast te houden. Het blijkt dat bij deze baby's het gebruik van een tepelhoedje juist helpt om meer melk te kunnen drinken. Gemiddeld kan een baby rond de uitgerekende datum rechtstreeks uit de borst drinken, zonder tepelhoedje.

Nadelen van een tepelhoedje

Aan het gebruik van een tepelhoedje zitten enkele nadelen:

- Het kan meer inspanning kosten om de borst effectief leeg te drinken.
- Een baby drinkt de borst vaak minder goed leeg. Hij krijgt minder melk binnen, waardoor hij minder goed groeit. Ook de melkproductie kan teruglopen. Advies is om het gewicht van je baby in de gaten te houden en na iedere voeding na te kolven.
- Gewenning aan het tepelhoedje. Probeer eerst aan te leggen zonder tepelhoedje. Het is en blijft een hulpmiddel.

Het reinigen van het tepelhoedje

Na gebruik het tepelhoedje reinigen met koud water. Daarna huishoudelijk reinigen met een sopje (afwasmiddel). Dagelijks uitkoken (magnetron 3 minuten / 800 Watt of 5 minuten / 500 Watt). Bewaar het tepelhoedje in een afgesloten bakje.

Referenties

- Riordan, J., & Wambach, K. (2010). *Breastfeeding and Human Lactation*. Sudbury, Massachusetts: Jones and Bartlett publishers

Nuttige adressen en telefoonnummers

- In het Laurentius ziekenhuis werken twee door het IBCLC (International Board Certified Lactation Consultant) erkende **lactatiekundigen**, Miriam Heijkers en Gioia van de Ven. Bereikbaar via telefoonnummer: 06-50559826. Via mail: miriam.heijkers@lzt.nl of gioia.vandeven@lzt.nl.
- **Vereniging Borstvoeding Natuurlijk**
Telefoonnummer 0343-576625
www.borstvoedingnatuurlijk.nl
- **La Leche League**
Telefoonnummer 0111-413189
www.lalecheleague.nl
- **Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen**
www.nvlborstvoeding.nl
- Voor het **huren of kopen van hulpmiddelen** bij borstvoeding, kunt u terecht bij Medipoint of Groene Kruis winkel (Groene Kruis startpunt bij u in de buurt). Voor info: www.dezorggroep.nl
- Met vragen over o.a. borstvoeding is de verpleegkundige van de GGD Noord Limburg bereikbaar via www.ggdlimburgnoord.nl