

Spruw en borstvoeding

Spruw is een schimmelinfectie, veroorzaakt door de candida albicans. Dit is een schimmel die samenleeft met andere onschuldige organismen in het lichaam.

Onder andere na het gebruik van antibiotica bij moeder of baby krijgt deze schimmel de kans zich ongehinderd in het lichaam te verspreiden. Hierdoor kan de moeder last van borst- en tepelpijn hebben en ook een vaginale schimmelinfectie ontwikkelen. De baby kan problemen met drinken en luierslag krijgen.

De candida kan zich verspreiden van persoon naar persoon, met of zonder klachten, maar ook van mensen naar voorwerpen.

(Bron: LaLecheLeague)

Vatbaar voor spruw

Wanneer ben je extra vatbaar voor spruw?

- Bij stress, oververmoeidheid, lage weerstand;
- Bij tepelkloven;
- Na gebruik van antibiotica bij de moeder of baby;
- Bij diabetes mellitus;
- Wanneer de huid niet kan ademen, zoals bij gebruik van een fopspeen, onder de luier bij de baby, bij een BH of zoogcompressen, die onvoldoende ventileren.

Hoe herken je spruw?

Bij de baby:

- Witte vlekjes of een witte waas in de mond, op de wangzakken, de tong of het verhemelte, die je niet weg kunt vegen;
- Een parelmoerachtige glans op de lipjes;
- Onrustig drinken, vaak loslaten, klakken met de tong tijdens het drinken;
- Luierslag.



(Foto: The Breastfeeding Atlas 2002, Kay Hoover, M Ed, IBCLC, Barbara Wilson-Clay, BS, IBCLC)

Bij de moeder:

- Opeens pijnlijke tepels;
- Een branderige pijn aan de tepels tijdens en na het voeden. Pijnlijke steken in de borst, alsof er kleine mesjes of naalden in de borst snijden;
- Jeukende tepels;
- Rode tepels, soms met witte vlekjes of schilfertjes erop;
- Tepelkloven;
- Regelmatig terugkerende verstopte melkkanaaltjes.

Overigens hoef je niet altijd kenmerken of klachten te vertonen om toch een schimmelinfectie te hebben.

Behandeling

- Je mag gewoon borstvoeding blijven geven.
- Bij vermoeden van spruw, neem contact op met je huisarts.
- Zowel je baby als jezelf moeten tegelijkertijd worden behandeld. Ook als één van jullie beide geen last lijkt te hebben. De candida is namelijk overdraagbaar van moeder op baby en omgekeerd.
- Doorbehandelen 1 tot 2 weken, nadat alle uiterlijke kenmerken zijn verdwenen.
- Goede hygiëne. Handen wassen voor en na het voeden en na het verschonen van je baby.
- De zoogkrompen na iedere voeding vervangen.
- De tepels schoon en droog houden. Na de voeding alle melkresten van de tepel af wassen en de borst aan de lucht laten drogen.
- Als je de melk afkolft, maak dan al het materiaal na gebruik schoon in warm water en een sopje. Kook het materiaal éénmaal daags uit.
- Afgekolfde melk, die mogelijk besmet is met candida albicans, mag je gewoon aan de baby geven. Het invriezen is niet verstandig, omdat de schimmel het invriezen overleeft en later een nieuwe infectie kan veroorzaken. Pasteuriseren van de afgekolfde melk en vervolgens invriezen is wel een mogelijkheid.
- Kleding, handdoeken, slabbetjes enz. wassen op 60 °C.

Referenties

- <https://www.lalecheleague.nl/borstvoeding-abc/artikel/37-spruw>
- Informatieblad spruw en candidiasis van de borst, informatieblad voor zorgverleners, nummer 1 juni 2005. Vereniging Borstvoeding Natuurlijk
- NB Gehele of gedeeltelijke overname van dit INFORMATIEBLAD VOOR ZORGVERLENERS, met bronvermelding, is toegestaan. Toezending van een bewijsexemplaar wordt op prijs gesteld.
- 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