

Borstvoeding

In mijn 25 jarige carrière als kraamverzorgende was borstvoeding altijd een van de speerpunten in de verzorging. En terecht...het is het meest natuurlijke wat je je kindje kunt geven. Het is belangrijk om al tijdens de zwangerschap goed te overdenken welke voors en tegens er zijn m.b.t. borstvoeding én wat dit voor jou betekent. Om het e.e.a. overzichtelijk te maken heb ik voor u op een rijtje gezet wat de voordelen maar óók wat de nadelen zijn.

Waarom zou u voor borstvoeding kiezen?

- Post partum; door het aanleggen van de baby, direct na de bevalling gaat de baarmoeder goed samentrekken. Het bevordert daardoor de uitdrijving van de placenta en zorgt ervoor dat ná de geboorte van de placenta de baarmoeder goed samentrekt zodat er geen onnodig bloedverlies is en het de kans op een vloeijing aanzienlijk verkleint!
- Het zorgt voor een goede binding tussen moeder en kind. Het kind komt uit een warm lichaam van ca. 37°C in een ruimte die beduidend minder behaaglijk is! En wat is er voor een pasgeborene nu fijner dan heerlijk tegen de moeder aan te liggen en daar troost/warmte te zoeken. Hij/zij hoort de hartslag van mams die het 9 mnd lang in de buik heeft gehoord en hij ruikt haar. Geur speelt ook een belangrijke rol in de band tussen moeder en kind!!
- Borstvoeding bevat alle voedingsstoffen die het kind de eerste 6 maand nodig heeft om te groeien en te ontwikkelen.
- De eerste melk na de bevalling bevat colostrum. Het heeft een enorm hoge voedingswaarde en zorgt er tevens voor dat de eerste ontlasting (meconium) loskomt.
- Borstvoeding bevat de nodige afweerstoffen die de baby beschermt tegen ziektes. Borstvoeding speelt een belangrijke rol bij de afweer tegen allergieën zoals koemelkeiwitallergie, astma en atopisch eczeem!! Ook hebben borstgevoede baby's minder oorontstekingen, diarree en luchtweginfecties en is de kans op wiegendood ook veel kleiner!!
- Doordat ze minder snel ziek worden kunnen ze ook een beter immuunsysteem ontwikkelen.
- Borstvoeding is licht verteerbaar, heeft de juiste temperatuur en is vrij van bacterieën.
- Borstgevoede baby's hebben minder last van spugen doordat het lichter verteerbaar is.
- De aanmaak en de samenstelling van borstvoeding is volledig afgestemd op de behoefte van de baby.
- Je hebt de voeding altijd bij je en er is geen gedoe met flessen, water en poeder.
- Ook erg makkelijk bij een nachstvoeding!!
- Als je borstvoeding geeft, heb je een kleinere kans op borstkanker, baarmoederhalskanker, eierstokkanker en botontkalking. Hoe langer je borstvoeding geeft hoe kleiner de kans!
- En wat ook erg fijn is; **je hebt een gezond kindje dank zij jouw eigen melk!!**

Wat zijn de nadelen van borstvoeding

- Borstvoeding geven moet je leren, zowel het kind als jijzelf. Voor sommige moeders is het een heel natuurlijk gebeuren, voor anderen is het echt een leerproces.
- Het duurt een paar dagen voordat de borstvoeding echt op gang komt. Vooral het vele aanleggen kan juist de eerste dagen als een extra belasting voelen, je bent immers nog niet goed hersteld van de bevalling.
- De moeder is de enige die het kindje kan voeden, papa kan het niet overnemen en dat kan zwaar zijn, vooral als de baby 's nachts ook nog vaak komt.
- Je weet niet hoeveel de baby heeft gedronken en dat kan een onrustig en onzeker gevoel geven.
- Als je moet werken of een dagje weg wilt dan moet er altijd gekolfd worden.
- Je kunt lichamelijke klachten krijgen zoals een borstontsteking, spruw of tepelkloven.
- Je moet oppassen met wat je eet en drinkt.
- Je kunt niet zomaar stoppen met de borstvoeding, je moet het heel geleidelijk afbouwen.

Homeopatische behandeling

Hoe sneller eventuele klachten bij zowel moeder als kind verholpen worden, hoe groter de kans van het slagen van de borstvoeding.

Bij klachten van fysieke en/of emotionele aard kan de homeopathie veel betekenen.

Klachten van de baby;

- Echo's. Sommige kinderen zijn heel gevoelig voor de effecten van echografie. Zo'n kindje is gevoeliger voor geluid, schrikkerig. Homeopatische middelen zorgen dat het kind het dag/nachtritme beter te pakken krijgt na de bevalling.
- Een langdurige bevalling en een slechte apgarscore zorgen ervoor dat de baby te weinig energie heeft om te drinken.
- Vacuumextractie; dit geeft fikse hoofdpijn bij de baby!!
- Spruw; dit is pijnlijk bij het drinken.
- Geel zien (icterus), hierdoor is de baby vaak slaperig.

Klachten van de moeder;

- Zware bevalling
- Veel pijnlijke naweeën
- Veel bloedverlies/ laag HB
- Bekkeninstabiliteit
- Borstontsteking (mastitis)
- Spruw
- Tepelkloven
- Postnatale depressie
- Onvoldoende aanmaak van de borstvoeding
- Teveel aanmaak van borstvoeding

Al deze klachten zijn heel goed homeopatisch te behandelen en ondersteunen het genezingsproces zodanig dat het geen belemmering vormt voor het welslagen van de borstvoeding. Ik wens elke moeder en haar pasgeboren kindje een hele fijne kraamtijd toe!!

Agnes ter Haar
Klassiek Homeopaat RH