Borstvoeding geven met een tepelhoed

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

albert schweitzer

Inleiding

Een tepelhoed is een (tijdelijk) hulpmiddel bij het geven van borstvoeding. Het is een siliconen opzetstuk met tepelvorm dat over uw tepel en de tepelhof geplaatst wordt.
Een tepelhoed kan worden gebruikt als uw baby problemen heeft met goed ‘aanhappen’ aan de borst of het vasthouden van de borst (vacuüm).

Wanneer kan een tepelhoed gebruikt worden?

- Bij vroeggeboorte. Sommige baby's die te vroeg geboren zijn, kunnen moeite hebben om goed diep aan de tepel te zuigen en daarmee het vacuüm vast te houden.
- Bij vlakke en/of ingetrokken tepels.
- Bij ernstige stuwing. De borst is dan te hard om goed aan te kunnen happen. De baby zou dan tijdelijk kunnen drinken met een tepelhoedje.
- Bij baby's met een aangeboren afwijking. Zij kunnen moeite hebben met het vacuüm te behouden.
- Bij baby`s die de fles gewend zijn. Met een tepelhoedje kunnen ze wennen om uit de borst te drinken.

Het gebruik van een tepelhoed

Er zijn drie verschillende maten tepelhoedjes: S, M en L. Bij het kiezen wordt vooral gekeken naar de grootte van uw tepel en de grootte van de mond van uw baby.
Let erop dat de uitsparing van de tepelhoed op de plek zit waar de neus van de baby zit tijdens de borstvoeding. Uw baby blijft dan in contact met de geur van u en uw baby heeft huidcontact.

- Kies de juiste maat, of laat u voorlichten door de verpleegkundige of lactatiekundige over de juiste maat.
- Buig de zijkanten van de tepelhoed naar buiten.
- Klap de tepelhoed binnenste buiten.
- Zet de tepelhoed op uw tepel en laat de zijkanten op uw borst komen.

- Zorg ervoor dat uw tepel precies in het midden van de uitsparing zit.

U kunt de randen van de tepelhoed vooraf een beetje vochtig maken met water zodat het beter blijft zitten.

Hoe leg ik mijn baby aan mijn borst?

Als u een tepelhoed gebruikt, gaat het aanleggen van uw baby op dezelfde manier als het aanleggen aan de borst zonder tepelhoed. Ook bij het aanleggen met een tepelhoed is het belangrijk dat uw baby een grote hap neemt en de tepelhoed in de mond neemt tot aan het brede gedeelte. De kin van uw baby ligt tijdens het voeden in de borst, de neus is vrij. De lippen zijn naar buiten gekruld.

Let erop dat de baby de tepelhoed niet tussen de kaken platdrukt of vervormt. Haal in dat geval de baby van de borst en leg de baby opnieuw aan.

Na het voeden

Spoel de tepelhoed na gebruik goed af; eerst met koud water, daarna met heet water. Droog de tepelhoed af. Bewaar de tepelhoed in een afgesloten bakje of afsluitbaar zakje. Kook de tepelhoed één keer per dag uit, gedurende vijf minuten.

Kolven
Het is belangrijk om, na het voeden met een tepelhoed, de borsten te controleren of deze goed zijn leeggedronken. Goed leeggedronken wil zeggen dat er geen harde schijven meer in uw borst voelbaar zijn en dat de borsten soepel aanvoelen.

Als uw baby met een tepelhoed drinkt, kan het zijn dat de borsten minder goed worden leeggedronken. Als u nog harde plekken in uw borst voelt is het belangrijk om beide borsten nog even te kolven tot ze soepel zijn. De melkproductie blijft zo beter op gang.

Als de borstvoeding nog op gang moet komen is het altijd nodig om na het voeden met een tepelhoed beide borsten te kolven.

Zodra de borstvoeding volledig op gang is, kolf dan één keer per dag beide borsten helemaal soepel, zolang u borstvoeding geeft met een tepelhoed.

Nadelen van een tepelhoed

Een tepelhoed kan u helpen bij de borstvoeding. Maar er kunnen ook nadelen zijn:

- Een tepelhoed kan het toeschieten van de melk vertragen. Soms vermindert daardoor de melkproductie.
- Met een tepelhoed kan uw baby minder goed met zijn tong de melk uit de borst masseren en wordt de tepelhof minder geprikkeld.
- Er kan gewenning ontstaan waardoor het niet meer lukt uw baby rechtstreeks uit de borst te laten drinken.
- Uw baby leert met een tepelhoed een andere drinktechniek dan zonder tepelhoed.

Door dit alles kan het gebeuren dat uw baby de borst minder goed leeg drinkt en de productie van de melk afneemt. Hierdoor kan uw baby minder snel groeien. Let dus op dat uw baby voldoende drinkt.

Afwennen

Een tepelhoed blijft een tijdelijk hulpmiddel. U gaat dit pas afwennen als het voeden goed gaat en uw baby goed groeit.
Het afwennen van een tepelhoed gaat makkelijker als:

- Er veel huid-op-huid contact met uw baby is. Dit stimuleert de voedingsreflexen bij uw baby waardoor aanleggen makkelijker gaat.
- U eerst begint met de tepelhoed. Na enkele minuten onderbreekt u het voeden en haalt u de tepelhoed weg. Leg uw baby opnieuw aan zonder tepelhoed. Lukt het niet leg dan weer aan met tepelhoed en blijf dit van tijd tot tijd proberen.
    - Lukt het afwennen van de tepelhoed niet? Dan kunt u eventueel een lactatiekundige vragen om u daarbij te ondersteunen. U bent hier vaak voor verzekerd vanuit de aanvullende zorgverzekering. U kunt een lactatiekundige vinden via uw kraamzorg/consultatiebureau of via de website: www.nvlborstvoeding.nl

Voedt u met een tepelhoed en lukt het niet om af te wennen? Dan geldt: liever voeden mét tepelhoed dan geen borstvoeding.

Geef hier uw mening over deze folder: *www.asz.nl/foldertest/*

Persoonlijke aanvullende informatie

Albert Schweitzer ziekenhuis
Augustus 2025
pavo 1139