

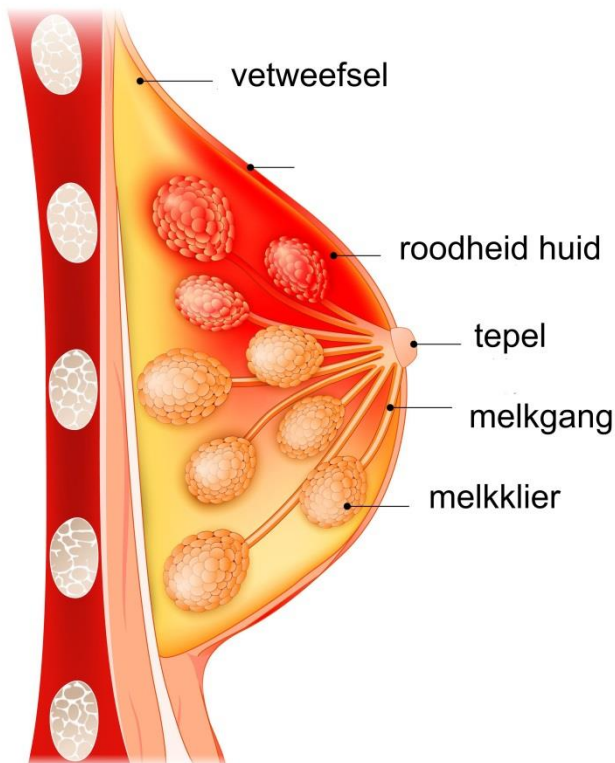
Borstontsteking

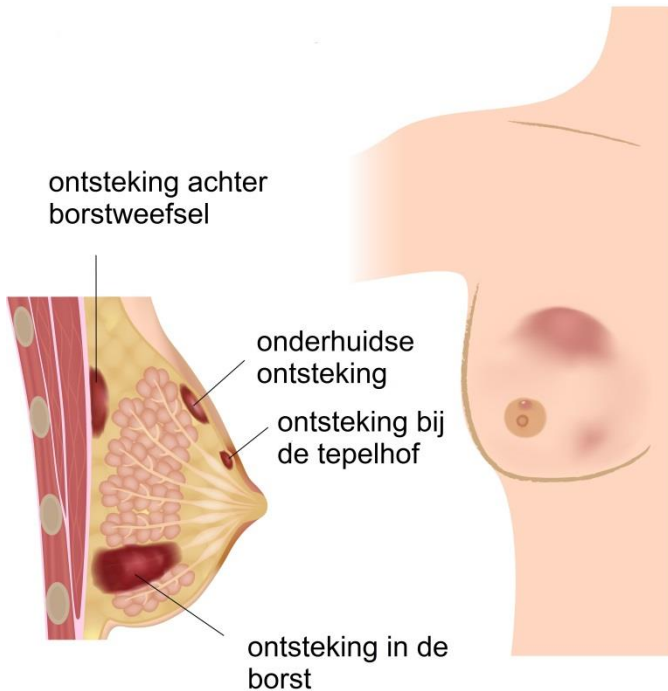
Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op www.asz.nl/brmo.

informatie

Wat is een borstontsteking?

Een borstontsteking kan optreden wanneer er stuwning ontstaat achter een afgesloten melkgang. De melkklieren worden te vol en de melk stroomt niet goed door. Hierdoor kan de melkklier gaan opzwellen en kan er melk gaan lekken in het omliggende borstweefsel. Het weefsel raakt geïrriteerd, zwelt op en wordt rood en warm. Als er een kloof in de tepel of in de huid rondom de tepel zit, kunnen er bacteriën in de borst komen waardoor er een ontsteking ontstaat. De ontsteking kan op verschillende plaatsen voorkomen, zie afbeelding op bladzijde 2.





Symptomen

U kunt last hebben van de volgende symptomen:

- Een borstontsteking treedt meestal plotseling op.
- U heeft één of meer pijnlijke harde, warme, rode plekken in de borst, ook na een voeding bij één of beide borsten.
- De aangedane borst kan mogelijk (veel) minder melk aanmaken.
- U heeft een grieperig gevoel met hoofdpijn en spierpijn.
- Temperatuursverhoging of koorts boven de 38.4°C.
- Uw baby kan uw borst weigeren omdat de samenstelling van de melk kan veranderen en daardoor ook de smaak.

Mogelijke oorzaken

Borstontsteking kan ontstaan door:

- Een niet (goed) behandelde stuwings of een verstopt melkkanaal.
- Minder frequent, onregelmatig of in een strak schema voeden.
- Geen nachtvoeding meer geven.
- Te kort voeden of niet goed leeg laten drinken of afkolven van uw borst.
- Slechte aanleg en/of zuigtechniek.
- Dragen van strakke bh of kleding.
- Gebruik van tepelhoed.
- Overmatig gebruik van een fopspeen.
- Pijnlijke tepels of tepelkloven.
- Verminderde weerstand van de moeder door een slechte gezondheidstoestand, oververmoeidheid of stress.
- Spruw (schimmelinfectie).
- (Oud) trauma en/of operaties aan de borst.

Adviezen

U kunt zelf een aantal dingen doen om de borstontsteking te behandelen:

- Ga door met het geven van borstvoeding aan uw baby of blijf kolven.
- Zorg voor voldoende rust, minimaal 24 uur.
- U mag paracetamol of ibuprofen als pijnstilling nemen. Ibuprofen werkt ook ontstekingsremmend. Heeft u nog andere aandoeningen of gebruikt u andere medicijnen overleg dat eerst met uw (huis)arts of u ibuprofen mag gebruiken.
- Drink voldoende. Drink extra als u koorts heeft.
- Verwarm uw borst met bijvoorbeeld kompressen, een dompelbad of douche voordat u gaat voeden. Tijdens het voeden masseert u uw borst in de richting van de tepel.
- Begin met aanleggen aan de pijnlijke borst.

- Laat uw borst goed leegdrinken, bij voorkeur om de 2 uur. Zo nodig nakolgen.
- Koel tussen de voedingen in de pijnlijke plek in uw borst.
- Vermijd een knellende bh en andere kledingstukken.
- Als uw klachten na 24 uur niet minder worden of zelfs verergeren, neem dan contact op met uw huisarts.

Behandeling met ultra geluid

Behandeling met ultrageluid wordt gegeven bij een verstopte melkkanal, die met de adviezen op de de vorige bladzijde niet minder wordt. Met geluidsgolven wordt op de aangedane plek de verstopping los gemaakt en gaat de doorstroming van de melk weer beter. Meestal zijn er 2-3 behandelingen van elk 20 minuten nodig.

De behandeling is vrijwel pijnloos

De lactatiekundige kan u verwijzen naar een fysiotherapeute die deze behandeling aanbiedt. De behandeling wordt vergoed vanuit de aanvullende verzekering.

Tot slot

In deze folder is een algemeen beeld gegeven en wat u zelf kunt doen bij een borstontsteking.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Stel ze aan de lactatiekundige in het ziekenhuis of neem via

www.nvlborstvoeding.nl contact op met een vrijgevestigde

lactatiekundige bij u in de buurt. Deze kosten worden meestal

vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Kijk uw polis hierop na.

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

De afbeeldingen in deze folder zijn afkomstig van Shutterstock en via een licentieovereenkomst door ons verkregen. Het is derhalve aan derden niet toegestaan om deze afbeeldingen op welke wijze dan ook, te gebruiken of te kopiëren. Voor het eigen gebruik van deze afbeeldingen verwijzen wij naar www.shutterstock.com

Albert Schweitzer ziekenhuis
september 2019
pavo 1544