

PATIËNTEN INFORMATIE

Borstvoeding en diabetes

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Door middel van deze folder informeert het Maasstad Ziekenhuis u over het geven van borstvoeding bij Diabetes Mellitus aan uw baby.

Het geven van borstvoeding heeft veel gezondheidsvoordelen (zie de algemene borstvoedingsfolder van het Maasstad Ziekenhuis). Naast deze voordelen heeft het geven van borstvoeding voor u, als moeder met Diabetes Mellitus en uw baby nog een aantal specifieke voordelen.

Voordelen voor u

Het is van belang dat u op de hoogte bent dat uw insulinebehoefte direct na de bevalling verandert. De insulinegevoeligheid neemt toe, waardoor de insulinebehoefte gaat dalen. Door het geven van borstvoeding neemt de insulinebehoefte nog verder af. Vaak is het zo dat u dus minder insuline hoeft te gebruiken, zolang u uw baby borstvoeding geeft. Insuline gaat niet over in de moedermelk.

Voordelen voor uw baby

De eerste dagen na de geboorte wordt er een speciaal soort moedermelk gemaakt, het colostrum. Deze eerste melk heeft een unieke samenstelling die uw baby de bescherming biedt die hij nodig heeft. Deze melk werkt bovendien stabiliserend op de bloedglucosespiegel van uw baby. Wanneer u deze melk aan uw baby geeft, heeft dit veel voordelen. Als het aanleggen (nog) niet gemakkelijk gaat, is kolven belangrijk. Wanneer u met de hand kolft (zie folder 'Kolven en bewaren van moedermelk' van Maasstad Ziekenhuis) worden alle beschikbare druppels opgevangen en gaat er niets verloren.

Borstvoeding kan de kans op het ontstaan van Diabetes Mellitus type 1 bij uw baby verminderen. Anders gezegd; wanneer een baby alleen kunstvoeding krijgt in plaats van moedermelk loopt hij meer risico om later Diabetes Mellitus te ontwikkelen. Voor dit gezondheidsvoordeel geldt: hoe langer exclusief borstvoeding (borstvoeding zonder bijvoeding), hoe groter het effect. Het krijgen van borstvoeding vermindert de kans op overgewicht. Overgewicht geeft een risico op het ontstaan van Diabetes Mellitus type 2.

Na de geboorte

Het is bekend dat de moedermelkproductie bij een moeder met Diabetes Mellitus over het algemeen iets later op gang komt. Door stimulatie van de borsten (door aanleggen van de baby of door te kolven) wordt er moedermelk gemaakt. Daarom is het voor een goede moedermelkproductie erg belangrijk dat de aanmaak van moedermelk voldoende gestimuleerd wordt.

Door huid op huid contact worden de hormonen die voor een goede moedermelkproductie verantwoordelijk zijn gestimuleerd. Huid-op huid contact na de geboorte helpt daarbij ook de bloedglucosespiegel van uw baby te stabiliseren. Baby's die bij hun moeder op de borst liggen, huilen minder, blijven warmer en drinken eerder en regelmatig aan de borst. Als de situatie het toelaat blijft uw baby na de geboorte ongeveer een uur bloot bij u op de blote borst, toegedekt met een warme doek. Wanneer het niet mogelijk is om direct na de bevalling uw baby bij u op de blote borst te nemen, is het belangrijk om dit huid op huid contact op een later tijdstip in te halen.

Het stimuleren van de melkproductie gebeurt door vaak aan te leggen: 8 – 12 keer per dag. U kunt ook na het aanleggen nog met de hand kolven en deze druppels met een lepeltje aan de baby geven.

Wanneer uw baby op medische indicatie bijgevoed moet worden vanwege een te lage bloedglucosewaarde krijgt uw baby na het drinken bij u aan de borst kunstvoeding. Het is heel belangrijk dat u op het moment dat er wordt gestart met het geven van bijvoeding, ook begint met kolven. Wanneer een baby bijvoeding krijgt, drinkt hij namelijk minder effectief uit de borst waardoor het op gang komen van de melkproductie minder wordt gestimuleerd. Het is van belang dat u blijft kolven, totdat u evenveel moedermelk afkolft als de hoeveelheid bijvoeding die de kinderarts voor uw baby heeft afgesproken. Bijvoorbeeld: Krijgt uw baby 10 cc bijvoeding, dan kolft u totdat u een moedermelk productie heeft van 10 cc.

Een baby van een moeder met Diabetes Mellitus heeft meer kans om opgenomen te worden op de afdeling neonatologie. Wanneer dit het geval is, is het heel belangrijk om binnen zes uur na de bevalling met kolven te starten om op deze manier de melkproductie te stimuleren. Ook als uw baby een gedeelte van de voeding uit uw borst drinkt, blijft het belangrijk om nog na te kolven.

Bijvoeding geven aan uw baby betekent altijd kolven om voldoende melkproductie te krijgen.

Aandachtspunten voor uw baby

Na de geboorte is het belangrijk dat uw baby zelf in staat is om het bloedglucosegehalte stabiel te houden. Het bloedglucosegehalte van een baby van een moeder met Diabetes Mellitus daalt vaak na de geboorte. Daarom is het goed om te weten dat er een aantal factoren zijn die invloed hebben op het dalen van het glucose gehalte in het bloed.

Wanneer uw baby veel afkoelt, kost het hem/haar veel energie om zich weer op temperatuur te brengen. Hierdoor kan het bloedglucosegehalte dalen. Het is daarom van belang om uw baby warm te houden.

Ook wanneer uw baby veel huilt kost dit veel energie. Daarom is het belangrijk om dit zoveel mogelijk te voorkomen door uw baby regelmatig aan de borst te leggen of bij u te nemen. Zie voor meer informatie over voedingssignalen de folder 'Borstvoeding' van het Maasstad Ziekenhuis.

Aandachtspunten voor moeder

Door de bevalling ontstaat er voor de moeder een grote hormonale verandering. Dit kan bij een moeder met Diabetes Mellitus leiden tot grote schommelingen in de bloedglucosespiegel.

Het geven van borstvoeding vraagt van u meer energie. De hoeveelheid insuline die u nodig heeft, is bij de meeste vrouwen tijdens de borstvoedingsperiode minder.

Het is daarom van belang dat u regelmatig eet. Overleg over het eten, borstvoeding en de nodige insulinehoeveelheid met de diabetes-verpleegkundige om zo het risico op (nachtelijke) hypo's te voorkomen.

Een moeder met diabetes heeft een verhoogde kans op een borstontsteking. Daarom is het verstandig om de volgende punten in acht te nemen:

- Draag geen knellend kledingstuk/bh
- Zorg dat de borsten goed en regelmatig gelegeed worden
- Als de baby klaar is met drinken en u heeft nog last van stuwing, dan kunt u nakolven of onder een warme douche de borsten masseren
- Controleer uw borsten regelmatig op harde/ rode plekken

Bij een verhoogde bloedglucosespiegel is er een verhoogd risico op een schimmelinfectie (candidiasis).

Het is daarom verstandig om de volgende hygiënische maatregelen in acht te nemen:

- Goed uw handen te wassen voor de voeding
- Tepels aan de lucht laten drogen
- Bij gebruik van zoogkassen deze na iedere voeding verschoneren
- Dagelijks een schone bh

Afbouwen van de borstvoeding

Wanneer u de borstvoedingsperiode wilt afsluiten, is het belangrijk om het geven van borstvoeding geleidelijk af te bouwen (hier zijn afbouwschema's voor). Het plotseling stoppen met het geven van borstvoeding kan namelijk een borstontsteking veroorzaken. Bovendien neemt uw energiebehoefte af, doordat u stopt met het geven van borstvoeding. Dit kan invloed hebben op uw insulinebehoefte en dus ook op uw bloedglucosewaarden. Neem dus contact op met de diabetesverpleegkundige wanneer u van plan bent om te stoppen met borstvoeding.

Tot slot

Wanneer u thuis hulp en begeleiding bij het geven van borstvoeding nodig heeft, kunt u contact opnemen met een lactatiekundige bij u in de buurt (www.nvl.nl) of met een van de vrijwilligersorganisaties (www.borstvoedingnatuurlijk.nl of www.lalecheleague.nl)

Het regelen van voeding en insuline dient altijd in overleg met de internist of diabetesverpleegkundige te gebeuren.



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis
Maasstadweg 21
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: www.maasstadziekenhuis.nl / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

