

ANTENATAAL KOLVEN

Inleiding

Deze folder bevat algemene informatie over het beleid met betrekking tot antenataal kolven in Franciscus Gasthuis & Vlietland.

Het doel van antenataal kolven is het verzamelen van de melk die in de zwangerschap en in de eerste paar dagen na de bevalling door de borsten van een vrouw wordt geproduceerd. Dit noemen we colostrum. Het voordeel van het verzamelen van colostrum in de zwangerschap is het voorkomen van bijvoeden met kunstvoeding.

Voor wie?

Het afkolven van colostrum in de zwangerschap kan zinvol zijn voor vrouwen met:

- (zwangerschaps-)diabetes
- een geplande keizersnede
- een baby die in de zwangerschap niet voldoende lijkt te groeien of juist te groot lijkt te zijn voor het termijn van de zwangerschap (en dus meer kans heeft op lage bloedsuikers)
- borstoperaties in de voorgeschiedenis
- vrouwen met onvoldoende klierweefsel of bij een tweelingzwangerschap

Voor vrouwen die na een vorige bevalling hebben ervaren dat de melkproductie moeizaam op gang kwam, kan antenataal kolven ook een hulpmiddel zijn om bijvoeding met kunstvoeding te voorkomen. Ook een zwangerschap waarvan bekend is dat de baby een aangeboren afwijking zal hebben zoals een schisis (open verhemelte), hartafwijking of het syndroom van Down is een reden om te starten met antenataal kolven.

Vanaf wanneer?

U mag starten met antenataal kolven vanaf 36 weken zwangerschap. Vrouwen die zwanger zijn van een meerling mogen starten met antenataal kolven vanaf 35 weken zwangerschap.

Risico's

Door het afkolven van moedermelk ontstaat er een stijging van oxytocine. Deze stof kan zorgen voor samentrekkingen in de baarmoeder. Bij de meeste vrouwen leidt afkolven in de zwangerschap echter niet tot samentrekkingen van de baarmoeder. Er komt niet meer oxytocine bij vrij dan tijdens het vrijen of tijdens het voeden van een oudere baby of peuter in de zwangerschap.

Vrouwen die eerder prematuur bevallen zijn, tijdens deze zwangerschap een verkorte baarmoederhals hebben of vaginaal bloedverlies hebben gehad worden geadviseerd te overleggen met hun arts of verloskundige alvorens te gaan afkolven tijdens de zwangerschap.

Starten met kolven

- Zorg voor goede handhygiëne.
- Masseer de borsten voordat u begint (zie de afbeeldingen op de volgende pagina) en breng eventueel warmte aan op de borsten (door middel van bijvoorbeeld een kruik, hittepit of hotpack).
- Kolf met de hand 2 tot 3 keer op een dag colostrum af (dit is de eerste melk die al in de zwangerschap aanwezig is). Zie het voorbeeld op de volgende pagina's en de instructies die hierbij vermeld worden.
- Kolf maximaal 10 minuten per keer.
- Wissel tijdens het kolven van borst, zodat je beide borsten tweemaal kolft.
- Vang de voeding op met een lepeltje of in een klein bekertje/cupje.
- Trek de voeding op met een spuitje of schenk het voorzichtig over in een afsluitbaar flesje.
- Plaats een sticker op het flesje of spuitje met hierop de datum en de tijd van afkolven.
- Vries de voeding in.
- Gekolfde voeding kan op het moment van de bevalling of bij een evt. inleiding meegenomen worden in een koeltas. De ingevroren voeding kan in het ziekenhuis opgeslagen worden in de diepvries.

- De voeding wordt per portie ontdooid. Na ontdooien is de voeding 24 uur houdbaar.
- Na verwarming is de voeding nog maar 1 uur houdbaar.

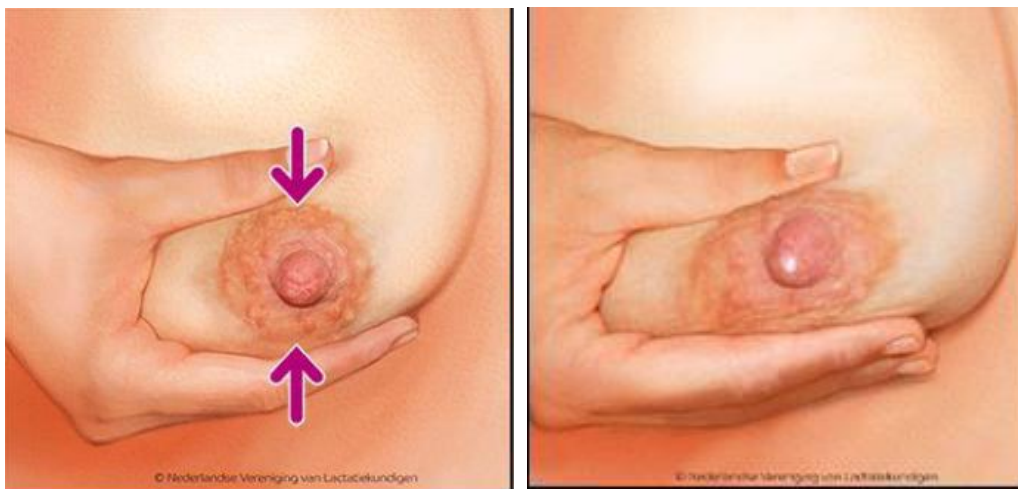
Borstmassage techniek



Masseer de borsten zachtjes met beide handen zoals te zien is op de afbeeldingen hierboven. Om de toeschietreflex op te wekken kan u de tepel losjes tussen duim en wijsvinger laten rollen.

Kolven met de hand

- Was de handen.
- Laat de borst in uw hand rusten met de vingers eronder en de duim erop.
- Duw de borst naar uw ribben toe; een zware borst kan u eerst wat oplichten.
- Daarna knijpt u uw duim en vingers in een ritmische beweging samen. Het kan even duren voor de voeding begint te druppelen of te lopen (soms een aantal minuten).
- Verplaats uw hand regelmatig rond de borst en pauzeer even wanneer er nog maar weinig melk uit de borst komt.



Tot slot

Het is niet mogelijk om in deze folder alle informatie over borstvoeding te geven. Wilt u meer weten, kijk dan op www.borstvoeding.com. Op deze site zijn ook adressen te vinden waar u terecht kunt met problemen op het gebied van borstvoeding of afkolven.

Extra informatie

La Leche League
www.lalecheleague.nl

Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen
www.nvlborstvoeding.nl

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, aarzel dan niet en stel ze gerust aan de verpleegkundige of een van de lactatiekundigen van Franciscus Gasthuis & Vlietland.

U kunt vragen of uw behandelend arts of klinisch verloskundige een afspraak voor u maakt bij de lactatiekundigen van Franciscus locatie Gasthuis & Vlietland.

Gebruikte literatuur

- https://www.lalecheleague.nl/userfiles/files/pdf_diversen/bulletin/bulletin34.pdf
- Chapman, T., et al., Antenatal breast expression: A critical review of the literature. Midwifery (2012)
- Effect of antenatal expression of breast milk at term to improve lactational performance: a prospective study; J Obstet Gynecol India Vol. 59, No. 4 : July/August 2009 pg 308-311
- Advising women with diabetes in pregnancy to express breastmilk in late pregnancy (Diabetes and Antenatal Milk Expressing [DAME]): a multicentre, unblinded, randomized controlled trial Lancet 2017; 389: 2204–13