

Een (dreigende) borstontsteking bij borstvoeding

Bij een (dreigende) borstontsteking ontstaan vaak eerst klachten als pijnlijke, harde plekken in de borst waarbij de huid rood kan zijn en warm aan kan voelen. Er is een sprake van een borstontsteking als deze symptomen samengaan met verhoging of koorts waarbij vaak een grieperig gevoel met hoofd- en spierpijn.

Welke oorzaken kunnen onder andere een (dreigende) borstontsteking veroorzaken?

Een (dreigende) borstontsteking wordt meestal veroorzaakt door onvoldoende doorstroming van de borst maar het kan ook andere oorzaken hebben:

- niet goed aanleggen;
- geen goede drinktechniek van uw kind;
- strak tongriempje bij uw kind;
- niet goed legen van de borst;
- te veel melk;
- geen goede hygiëne;
- tepelkloven;
- gebruik van een tepelhoedje;
- melkblaar op de tepel;
- schimmelinfectie;
- bacteriële infectie;
- verandering in voedingspatroon (minder frequent of minder lang voeden);
- verminderde weerstand (door bv. griep of verkoudheid);
- vermoeidheid en stress;
- (eerdere) operaties aan de borst;
- (oude) verwonding in de borst.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Adviezen en behandeling bij (dreigende) borstontsteking.

De adviezen bij een dreigende borstontsteking of bij een borstontsteking zijn dezelfde:

- Koel de aangedane borst met ice-packs: 10 minuten wel, 20 minuten niet - 3x herhalen tussen voeding door. Of zo vaak als prettig.
- Warmte toepassen met warmtekompressen op aangedane borst kort voor de voeding als u dit zelf prettig vindt.
- Draag een steunende BH als u dit zelf prettig vindt.
- Leg u baby aan zo vaak als u gewend was of kolf zo vaak u gewend was. Het is niet nodig om vaker aan te leggen, vaker te kolven of na de borstvoeding na te kolven.
- Masseer de aangedane borst niet. Enkel vederlichte lymfemassage in de richting van de oksel is toegestaan.
- Neem (bed)rust
- Gebruik 4 x daags 1000 mg. paracetamol

Overweeg **consultatie van een lactatiekundige** om de aanlegtechniek, de drinktechniek, de duur en de frequentie van het voeden te beoordelen. Zij kan mogelijk de oorzaak van de (dreigende) borstontsteking achterhalen en u adviezen geven om te voorkomen dat u nogmaals een borstontsteking krijgt.

Een verstopt melkkanaal of borstontsteking kan ook behandeld worden met behulp van **Ultra Sound**. De behandeling met Ultra Sound bestaat aanvankelijk uit twee sessies, daags na elkaar en wordt gegeven door een fysiotherapeut. Iedere behandelplek wordt vijf minuten behandeld en het is pijnloos. Het is goed voor het genezingsproces om direct na de behandeling met Ultra Sound uw kind aan leggen of te kolven. Meestal is het effect na de eerste behandeling al voel- en zichtbaar. Wanneer na twee behandelingen nog geen effect is opgetreden wordt de behandeling gestaakt. Direct na de behandeling moet u uw kind voeden en/of kolven. De behandeling wordt door de zorgverzekeraar vergoed indien u aanvullend verzekerd bent voor fysiotherapie.

Als de klachten en/of koorts binnen 24 uur niet verminderen of erger worden, is het noodzakelijk om een arts te raadplegen. De arts kan besluiten tot het geven van antibiotica.