

TIPS BIJ BORSTVOEDING

1. Gebruik geen zeep om de tepels te reinigen. Door zeep verdwijnt namelijk het natuurlijke huidvet en raakt de vochtigheidsgraad van de tepelhuid uit balans. Hierdoor wordt de huid droog en kwetsbaarder voor bijvoorbeeld het ontstaan van kloofjes. Daarnaast tast zeep de normale zuurgraad van de huid aan. Hierdoor krijgen allerlei ziekteverwekkers een kans. Om dit te voorkomen, kan het beste alleen met water worden gewassen of de zeepvrije Multi-Mam BabyWash.
2. Tepelbeschadigingen, zoals alle wonden, helen het beste in een vochtige omgeving. Gebruik van een vochtige wondbedekking vermindert aanzienlijk de tepelpijn en reduceert significant de kloofjes en korstjes. Uit onderzoek komt naar voren dat een waterkompres goed helpt bij de genezing van een beschadigde tepel en het meest de pijn reduceert. Gebaseerd op deze gegevens zijn Multi-Mam Kompressen ontwikkeld. De Kompressen vormen een zachte, beschermende bedekking voor de tepel, waardoor tevens een optimaal klimaat wordt gecreëerd voor het snel herstel van het huidweefsel.
3. Vochtige zoogkompressen moeten zo vaak als mogelijk worden verschoond. Het zijn namelijk een ideale voedingsbodem voor schimmel. Het wordt bovendien aangeraden om tenminste iedere dag een schone beha aan te doen en gebruikte katoenen kompressen vijf minuten uit te koken.
4. Spelregels voor goed aanleggen
 - Zorg ervoor dat de baby zijn mondje wijd opent.
 - Laat de tepel in de richting van het gehemelte van de baby wijzen en strijk de tepel lichtjes langs de bovenlip van de baby (van de ene mondhoek naar de andere). Soms kan het makkelijker zijn de baby langs de tepel te bewegen.
 - Wacht tot de baby zijn mondje opent alsof hij gaapt, breng dan de baby naar de borst met de hand waarmee het kind wordt vastgehouden. Let erop dat de kin van de baby het eerst de borst raakt. De tepel moet hierbij niet naar het midden van het mondje wijzen, maar naar het gehemelte.
 - Als een baby goed is aangelegd, heeft hij een flink stuk van de tepelhof (bruine gedeelte van de borst) in zijn mond. Dit hoeft niet perse de hele tepelhof te zijn. Hierbij zal hij een groter deel van de tepelhof met zijn onderlip dan met zijn bovenlip bedekken. De tepel zelf komt dan achter in het mondje van de baby te liggen, tegen het zachte gehemelte aan. Dit doet geen pijn.
 - Als de baby goed is aangelegd, zal hij zonder enig probleem kunnen ademen. Als hij niet kan ademen, zal hij zich van de borst terugtrekken. Wees bij het aanleggen niet bang te ruw te zijn.
 - Als de tepel pijnlijk is, gebruik dan de wijsvinger om het kinnetje van de baby omlaag te duwen om het onderlipje naar buiten te brengen. Misschien moet de moeder dit tijdens de hele voeding blijven doen, maar meestal is dat niet nodig.