

PATIËNTEN INFORMATIE

Borstvoeding en diabetes

**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Met deze folder wil het Maasstad Ziekenhuis u informeren over het geven van borstvoeding wanneer u, als moeder, diabetes heeft. Het is belangrijk dat u deze informatie goed doorleest.

Voordelen van het geven van borstvoeding

Het geven van borstvoeding heeft veel voordelen, al deze voordelen leest u in de [folder 'Borstvoeding'](#).

Ook kunt u zich via onderstaande QR-code aanmelden voor één van onze voorlichtingsbijeenkomsten.



Naast standaard voordelen, heeft het geven van borstvoeding voor u, als moeder met diabetes, en uw baby wat extra voordelen.

Voordelen voor u als moeder met diabetes

Uw insulinebehoefte verandert direct na de bevalling. De insulinegevoeligheid wordt groter, dus de insulinebehoefte wordt kleiner. Door het geven van borstvoeding wordt de insulinebehoefte nog kleiner. U hoeft dus minder insuline gebruiken, zolang u borstvoeding geeft.

Voor vrouwen met zwangerschapsdiabetes is het extra belangrijk om borstvoeding te geven. Vrouwen met zwangerschapsdiabetes hebben namelijk 2 keer zoveel kans op diabetes wanneer zij geen borstvoeding geven..

Voordelen voor uw baby

De eerste dagen na de geboorte maakt uw lichaam een speciaal soort moedermelk aan, het colostrum. Deze moedermelk beschermt de baby tegen bacteriën en virussen.

Daarnaast kan borstvoeding de kans op diabetes type 1 bij uw baby verminderen. Hoe langer u alleen borstvoeding geeft (zonder bijvoeding), hoe kleiner de kans op diabetes type 1.

Kolven tijdens de zwangerschap

Sommige vrouwen starten in de laatste weken van de zwangerschap (vanaf ongeveer 37 weken) met het verzamelen van moedermelk door te kolven. Dit heeft verschillende voordelen:

- kolven in de zwangerschap kan er voor zorgen dat de borstvoeding na de bevalling eerder volledig op gang komt;
- wanneer u uw baby moet bijvoeden, kan dit soms met uw eigen moedermelk.

De verzamelde moedermelk kunt u invriezen en direct na de bevalling geven aan de baby wanneer dit nodig is.

Voor u begint met kolven tijdens de zwangerschap, overlegt u dit met uw behandelend arts. Uw arts kan voor u een afspraak maken met de lactatiekundige. Een lactatiekundige geeft u dan meer uitleg over het kolven tijdens de zwangerschap.

Na de geboorte

De moedermelkproductie bij een moeder met diabetes komt vaak iets later op gang. Door de baby aan te leggen of te kolven, komt de moedermelkproductie op gang. Doe dit 8 – 12 keer per dag. U kunt na het aanleggen ook met de hand kolven en deze druppels met een lepeltje aan de baby geven.

Daarnaast is huid-op-huid contact erg belangrijk na de geboorte. Huid-op-huid contact helpt bij het op gang brengen van de moedermelkproductie en zorgt voor een regelmatige bloedglucosespiegel van uw baby.

Uit onderzoek blijkt ook dat moedermelk bij uw baby stabielere glucosewaarden geeft dan kunstvoeding.

Bijvoeding

Het kan zijn dat uw baby voor medische redenen bijvoeding nodig heeft. Uw baby krijgt dan na het drinken bij u aan de borst, extra kunstvoeding. Het is belangrijk dat u dan ook begint met kolven. Uw baby drinkt door de bijvoeding minder uit de borst. Hierdoor krijgt u lichaam minder seintjes om melk aan te maken. Door het kolven vraagt u meer productie van uw lichaam. De verpleegkundige of lactatiekundige kan u helpen met het maken van een kolfschema.

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 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 glucosegehalte:

- Wanneer uw baby veel afkoelt, kost het hem of haar veel energie om weer op temperatuur te komen. Hierdoor kan het bloedglucosegehalte dalen. Zorg daarom dat uw baby warm blijft.
- Wanneer uw baby veel huilt kost dit veel energie. Daarom is het belangrijk huilen te voorkomen. Dit doet u door uw baby regelmatig aan de borst te leggen of bij u te houden. Zie voor meer informatie over voedingssignalen, de [folder 'Borstvoeding'](#).

Aandachtspunten voor moeder

Door de bevalling krijgt u als moeder een grote hormonale verandering. Dit kan zorgen voor schommelingen in de bloedglucosespiegel.

Het geven van borstvoeding kost veel energie. Ook is de hoeveelheid insuline die u nodig heeft vaak minder als u borstvoeding geeft. Het is daarom belangrijk dat u regelmatig eet.

Overleg daarnaast met de diabetesverpleegkundige om zo het risico op (nachtelijke) hypo's te voorkomen.

Aandachtspunten

Een moeder met diabetes heeft een grotere kans op een borstontsteking. Daarom moet u rekening houden met de volgende aandachtspunten:

- Draag geen knellend kledingstuk/bh;
- Zorg dat de borsten goed en regelmatig gelegeed worden;
- Is uw baby klaar is met drinken, maar u heeft nog last van stuwing? Kolf dan wat na of masseer de borsten onder een warme douche;
- Controleer uw borsten regelmatig op harde of rode plekken.

Bij een verhoogde bloedglucosespiegel heeft u meer kans op een schimmelinfectie (candidiasis). Daarom moet u rekening houden met de volgende aandachtspunten:

- Was uw handen voor de voeding;
- Droog uw tepels aan de lucht;
- Verschoon de zoogkompressen na elke voeding;
- Draag dagelijks een schone bh.

Afbouwen van de borstvoeding

Wanneer u wilt stoppen met het geven van borstvoeding, is het belangrijk om het geven van borstvoeding geleidelijk af te bouwen. Het in één keer stoppen met het geven van borstvoeding kan zorgen voor een borstontsteking. Daarnaast neemt uw energiebehoefte af als u stop met borstvoeding geven. Dit kan invloed hebben op uw insulinebehoefte en dus op uw bloedglucosewaarden.

Neem daarom contact op met de diabetesverpleegkundige als u wilt stoppen met borstvoeding geven.

Meer informatie

Voor meer informatie en advies over borstvoeding kunt u ook terecht op

- www.borstvoeding.nl
- Nederlandse Vereniging van Lactatiekundige, www.nvlborstvoeding.nl
- La Leche League, www.lalecheleague.nl



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)

