

Kolven in de zwangerschap (antenataal kolven)

U bent zwanger en wilt borstvoeding gaan geven. Normaal gesproken heeft de baby direct na de bevalling genoeg aan de borst en is bijvoeden niet nodig. Het afkolven van moedermelk tijdens de zwangerschap kan zinvol zijn in bepaalde situaties.

Doelgroep

Het kan medisch noodzakelijk zijn dat uw baby extra voeding nodig heeft, of u heeft een langzame of verminderde melkproductie.

U kunt al tijdens de zwangerschap starten met afkolven. Zo voorkomt u dat uw baby kunstvoeding nodig heeft.

Bijvoorbeeld bij:

- diabetes gravidarum of diabetes mellitus
- een kindje met een aangeboren afwijking (bijv. schisis, hartafwijkingen, syndroom van Down)
- een meerling
- een te klein of te groot kindje
- een borstoperatie in de voorgeschiedenis
- overgewicht
- PCOS (polycysteus ovarium syndroom)
- eerdere problemen met borstvoeding

Benodigdheden

- bekertje of cupje, spuitjes, dopjes om melk op te vangen en te bewaren
- stickers met naam, tijd en datum

Hoe en wanneer kolft u?

De meest veilige optie is om vanaf 37 weken te starten met kolven. Als u weet dat u met 37 weken ingeleid gaat worden kunt u in overleg met de verloskundige 2-3 weken eerder starten met kolven.

U kunt 2 tot 3 keer per dag met de hand kolven. Kolf ongeveer 10 minuten per keer.

Tijdens deze 10 minuten wisselt u een paar keer van borst.

Was altijd uw handen met water en zeep voor en na het handkolven.

U kunt bijvoorbeeld na het nemen van een bad of douche kolven. De (vochtige) warmte zorgt ervoor dat het handkolven makkelijker gaat.

Soms komt er de eerste keren niets; soms komen er direct een paar druppels. Pas na de bevalling kan de melkproductie echt op gang komen.

Een instructiefilmpje over handkolven vindt u hier: <https://youtu.be/BYW-NHJIKrc>.

Bewaren en meenemen van moedermelk

U kunt de moedermelk het best in spuitjes met een dopje erop invriezen en in een speciaal bakje doen. Als u weet dat u in het ziekenhuis gaat bevallen, kunt u dit doorgeven zodat het in uw dossier genoteerd wordt. U kunt het bakje met de ingevroren melk meenemen als u naar het ziekenhuis gaat om te bevallen. Wanneer u een geboortepan hebt geschreven, kunt u hierin noteren dat u moedermelk meebrengt en daarbij de reden omschrijven waarom u uw eigen moedermelk meegenomen hebt.

www.meandermc.nl
mijnmeander.nl

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Bunschoten
(Gezondheidscentrum Scala Medica)
Chopinstraat 2D
3752 HR Bunschoten-Spakenburg

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:
Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:
Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:
32082917

Wat te doen bij harde buiken?

U kunt tijdens het kolven mogelijk harde buiken ervaren. Stop dan met kolven en probeer het op een later tijdstip nogmaals. Overleg bij twijfel met uw verloskundige of behandelend arts.

Risico's

Voor zover bekend zijn er geen redenen om niet te starten met handkolven tijdens de zwangerschap. Bij de meeste vrouwen leidt het handkolven tijdens de zwangerschap niet tot samentrekkingen van de baarmoeder.

Overleg met uw verloskundige of gynaecoloog als u:

- eerder een te vroeg geboren kindje heeft gehad
- tijdens de zwangerschap baarmoederhalsverkorting heeft gehad
- tijdens de zwangerschap vaginaal bloedverlies heeft gehad.

Informatie

Meer informatie over kolven tijdens de zwangerschap vindt u op www.borstvoeding.com en www.lalecheleague.nl.

Op www.meandermc.nl vindt u informatie over het ziekenhuis, behandelingen, onderzoeken en opname. Ook kunt u hier alle patiëntenfolders bekijken.

Contact

Telefoon

Voor vragen kunt u een afspraak maken op het telefonisch spreekuur van de lactatiekundige. Dit consult is vrijblijvend en kosteloos.

Heeft u MijnMeander al ontdekt?

Altijd en overal kunt u online uw persoonlijke en medische gegevens bekijken en beheren op mijnmeander.nl. U kunt uw afspraken op de polikliniek inzien, afzeggen en in sommige gevallen maken of verzetten. Bent u ouder dan 16 jaar, dan heeft u via MijnMeander inzicht in delen van uw medisch dossier. Ook kunt u uw persoonsgegevens bekijken en wijzigen. U logt veilig in met uw DigiD via een computer of tablet. Uw privacy en veiligheid van uw gegevens in MijnMeander zijn gegarandeerd volgens de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Ga naar www.mijnmeander.nl en bekijk uw mogelijkheden.

Arts-assistenten in Meander

Meander Medisch Centrum is een topklinisch opleidingsziekenhuis. Dit betekent dat wij op diverse afdelingen en poliklinieken mensen opleiden tot verpleegkundige, arts of specialist. Het is dus mogelijk dat u tijdens uw behandeling of onderzoek te maken krijgt met een co-assistent, arts-assistent of leerling-verpleegkundige. Een arts-assistent is een arts die de opleiding Geneeskunde heeft voltooid en dus basisarts is. Arts-assistenten worden begeleid en nemen belangrijke beslissingen altijd samen met een medisch specialist. Zij werken altijd onder (eind)verantwoordelijkheid van een medisch specialist. In een gevorderd stadium van de opleiding zijn arts-assistenten bevoegd om zelfstandig te behandelen. Dit betekent dat u behandeld of geopereerd kunt worden door een arts-assistent. Zij hebben dan voldoende ervaring om dergelijke ingrepen bij u op een deskundige en zorgvuldige wijze uit te voeren. Elke behandelaar, ook de arts-assistent, zal voor de behandeling of operatie met u kennismaken.

Referenties

- Forster, D (2017), *Advising women with diabetes in pregnancy to express breastmilk in late pregnancy*, (Diabetes and Antenatal Milk Expressing [DAME]): a multicentre, unblinded, randomized controlled trial, The Lancet 389 pp 2204-2213.

-
- Lamba, S (2016), *Effect of Antenatal Breast Milk Expression at Term Pregnancy to Improve Post Natal Lactational performance*, The Journal of Obstetrics and Gynecology of India (January-February 2016) 66(1):30-34.