



BORSTVOEDING

Roeien met de riemen die je hebt

Mijn broer en ik zijn goed van de tongriem gesneden. Hij in het kraambed, ik meer als flapuit in het dagelijks leven. Mijn opa was huisarts, had mijn broer 'gehaald' en kliefde bij hem al snel de duidelijk te korte tongriem. De borstvoeding was evengoed niet vol te houden voor mijn moeder. Ze heeft het met pijnlijk kapotte tepels opgegeven. Mijn tongriem is nooit gekliefd en ik kreeg met pijn en moeite zo'n zes weken borstvoeding. Waarschijnlijk was er meer aan de hand.

Als verloskundige begon zo'n vijftien jaar geleden mijn interesse in de tongriem te groeien. Bijvoorbeeld als de groei van het kind soms verrassend achterbleef bij een mult met een voorspoedig borstvoedingsverleden. Of bij blijvend pijnlijke tepels, terwijl iedereen juichend was over de lipjes die mooi naar buiten krulden. Rond die tijd baarde ik mijn eerste kind, een flinke reus van negen pond. Zonder problemen heb ik een michelinmanketje van hem kunnen maken. Geen centje pijn aan de tepels en productie in overvloed. Mijn tweede, een dochter met beschaafder maatje en strakke tongriem, groeide een stuk minder makkelijk. Lastig en leerzaam vond ik dat.

Zo gevaarlijk als je eigen ervaringen kunnen zijn, zo risicovol zijn ook alle verschillende visies op tong- en lipriemen. Uit onderzoek en de praktijk kennen we inmiddels de voordelen van vroeg klieven bij een duidelijke beperking in de mobiliteit van de tong. Maar we weten ook nog een heilboel niet. In de praktijk ervaren we dat de houding waarin gevoed wordt, soms nog bepalender is dan de tongriem zelf. We zien ook dat behandeling en nazorg zowel bepalend als intens en ingrijpend kunnen zijn. Klieven alleen is vaak niet de oplossing. De wetenschap weet alleen nog niet wat dan wel.


Als lactatiekundige kom ik bijna dagelijks vele variaties in het tongriem-assortiment tegen. Van niet ver genoeg geknipte rimpjes, tot niet (h)erkende tongriemen, met

over- en onderproductie en blijvend pijnlijke tepels. Maar ook baby's en moeders die beiden die zo gespannen zijn door de zorgen rondom de tongriem of het klieven, dat de borstvoeding helemaal op haar gat ligt. We weten al lang hoe gevoelig kinderen en moeders zijn en dat pijn en stress een baby en een moeder altijd in het hart raken. Daar hebben we geen wetenschap voor nodig.

Klieven bij duidelijke beperking en klachten brengt in veel gevallen verbetering. Als ik een tong tegenkom, die (bijna) helemaal vastzit, met dito moeder en kind, moet ik echt even ademhalen om er niet iets uit te flappen. Echt jammer als de typische tongriem tot de punt blijft zitten, zeker zonder duidelijke afspraken met de ouders.

En toch helpt het in andere gevallen soms om niet te klieven, maar te leren roeien met de (tong)riemen die je hebt. Laat de moeder de borst maar eens flink aan de onderkant steunen, op zo'n manier dat haar tepel wat naar beneden gaat wijzen. De baby schuif je vervolgens bijna rechtop aan. Dat werkt als een tiet in veel gevallen. In de lactatiekundige volksmond noemen we dit tegenwoordig de 'Concorde', zo genoemd door een inventieve collega. De techniek is niet nieuw, misschien zelfs ouder dan het klieven zelf. Maar het werkt en de naam is beeldend (al is het vliegtuig al weer uit de handel genomen).

Het veranderen van de houding en het aanhappen zijn minstens zo belangrijk als het klieven. Beide verdienen aandacht en beleid.

Mijn broer had in het begin niet veel baat bij het klieven alleen. Op latere leeftijd wel. Hij schijnt erg goed te kunnen zoenen. 

Marieke van Luin was tot 2010 lid van de maatschap van verloskundigen in de Ruyschstraat te Amsterdam. Naast lactatiekundige IBCLC en docent, geeft zij als coach begeleiding bij zwangerschap, bevalling en borstvoeding.