



# Tepelkloven en andere uitdagingen

Kennis en praktijkuitwisseling

**Marieke van Luin**  
Lactatiekundige IBCLC, Verloskundige n.p., Docent, Coach



---

---

---

---

---

---

---

---



- 1 Tepelkloven
- 2 Stuwing
- 3 Mastitis
- 4 Spruw

- 4 groepen, zelf onderwerp kiezen
- 10 minuten per onderwerp bespreken
  - Uitwerkingen presenteren 10 minuten per groep
- Met elkaar op een rij zetten
  - Wat weten jullie en wat werkt WEL?
  - Wat zijn DISCUSSIE punten?

---

---

---

---

---

---

---

---



# 1 Tepelkloven

- Wat zijn tepelkloven?
- Oorzaken?
- Hoe voorkomen we het?
- Wat is het beleid?
- Wat zijn de dilemma's?

---

---

---

---

---

---

---

---

Is het soms...  
Stuwings?



2  
(Overmatige)  
Stuwing

- Wat is (overmatige) stuwing?
  - Bloed-vocht-stuwing?
  - Melkstuwing?
- Wanneer komt het (vaker) voor?
- Wat is het beleid?
- Eén keer per etmaal kolven of juist niet?
- Masseren, voor de voeding of na een voeding? Of helemaal niet?
- Tips en tricks?

---

---

---

---

---

---

---

---



3  
Mastitis

- Wat is een mastitis?
- Wanneer komt het voor?
- Hoe diagnosticeer je een mastitis?
- Wat is je beleid?
- Oude & nieuwe inzichten / beleid.
- Hoe lang wacht je af?
- Vervolgen met en na kraambed?

---

---

---

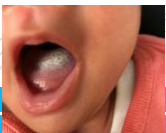
---

---

---

---

---



4  
Spruw

- Wat maakt nou verschil tussen een aanslag op tongetje van de melk of van spruw?
- Oorzaken van spruw en melkaanslag?
- En wat is het beleid rondom moeder én kind?

---

---

---

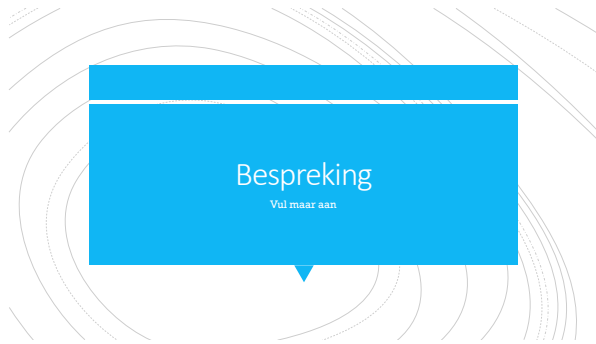
---

---

---

---

---



Bespreking  
Vul maar aan

---

---

---

---

---

---

---

---



Bespreking  
Tepelkloven

- Wat zijn tepelkloven?
- Oorzaken?
- Hoe voorkomen we het?
- Wat is het beleid?
- Wat zijn de dilemma's?

---

---

---

---

---

---

---

---



Inzichten  
studenten  
Tepelkloven

---

---

---

---

---

---

---

---

Tepelkloven  
Oorzaken

- Aanhap
- Beleid
- Negeren pijnklachten/gevoeligheid
- Wrijving (hoog)gehemelte/kaakwal
- Discrepantie grootte tepelknop/mondje
- Verkeerd gebruik kolf of verkeerde maat schild/kolf
- Gevoelige huid
- Tongriem/compressie tepel

---

---

---

---

---

---

---

---

Tepelkloven  
Behandeling

- Observeren voeding, aanpassen
- Luchten
- Druppel eigen melk
- Schoon houden/pads etc.
- Hydrogel (Rite Aid, Medela, Kendall)
- Multimum (kort!)
- 24-48 uur kolven, professionele kolf en passend schild
- Vet/lanoline/kokos etc.
- Tepelhoed???

---

---

---

---

---

---

---

---

Tepelkloven  
Waar zit de  
'kloof'



---

---

---

---

---

---

---

---

Tepelkloven  
Wat 'zegt' de  
kloof 😊



---

---

---

---

---

---

---

---

Tepelkloven  
Viezig?



▪ **Anti-bacteriële behandeling**

- Luchten en schoonhouden
- NB ziekenhuis is vies
- Chloorhexidine 2dd dun na voeden en afspoelen voor voeden
- Fusidine (AB) via huisarts als echt viezig>idem 2 dd etc.

---

---

---

---

---

---

---

---

Is dat nou...  
stuwings?

Bespreking  
(Overmatige)  
Stuwings



- Wat is (overmatige) stuwings?
  - Bloed-vocht-stuwings?
  - Melkstuwings?
- Wanneer komt het (vaker) voor?
- Wat is het beleid?
- Eén keer per etmaal kolven of juist niet?
- Masseren, voor de voeding of na een voeding? Of helemaal niet?
- Tips en tricks?

---

---

---

---

---

---

---

---

Inzichten  
studenten  
(Overmatige)  
Stuwung

---

---

---

---

---

---

---

---



(Overmatige)  
Stuwung  
Voorkómen en  
behandeling

Lactogenese 2

- Voorkomen opvulling tijdens bevalling
- Frequent (10-12x) aanleggen 1<sup>e</sup> 24 uur
  - Let op de slokken, adequaat legen borsten
  - **MINDER** (pathologische) spanning?
- Als overmatige stuwung:
  - Voelend-zachte Massage
    - **Ook VAN DE TEPSELHOF AF, RICHTING OKSEL**
- Als productie overschot > 1 of 2 keer soepel
  - **i.p. GEEN PROBLEEM, maar niet te vaak!**
- Koolbladeren en koelen (erna)
- Pijnstilling bepalend voor 'succes' borstvoeding

---

---

---

---

---

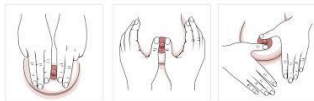
---

---

---



Overmatige)  
Stuwung  
tips and trics



"Reversed Pressure Technique"

---

---

---

---

---

---

---

---



Bespreking  
Mastitis

- Wat is een mastitis?
- Wanneer komt het voor?
- Hoe diagnosticeer je een mastitis?
- Wat is je beleid?
- Oude & nieuwe inzichten / beleid.
- Hoe lang wacht je af?
- Vervolgen met en na kraambed?

---

---

---

---

---

---

---

---

Inzichten  
studenten

---

---

---

---

---

---

---

---

Inzichten  
studenten  
Mastitis

---

---

---

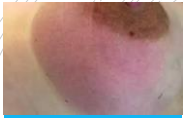
---

---

---

---

---



Mastitis  
Kenmerken

- Pijnlijke plek
- Roodheid
- Beurs gevoel
- Verhoging/koorts
- /griepachtig gevoel




---

---

---

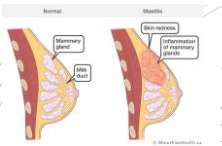
---

---

---

---

---



Mastitis  
Oorzaak/incidentie

**ORZAKEN**  
 'ZWELLING' KLIEREN EN WEEFSEL= door niet effectief legen borsten/ niet adequate voedingen / overvolle borsten  
 Meestal door aanhap/tepelhoed/afklemmen / overproductie

**Incidentie:**  
 WHO (2000): 33% meestal <10%  
 Academy Breastfeeding Medicine (ABM 2014): 3-20%

---

---

---

---

---

---

---

---



Mastitis  
Beter voorkomen dan genezen = Preventie van...

- VOEL / leer moeders 'klieren'
- NB effect van (verkeerd) beleid
- Kloven> voorkomen en helen
- Pijnlijke tepels>vermijden
- Verstopte kanaal / zwelling
- Te strakke kleding/bh
- Korte tongriem
- Overproductie
- Overslaan voeding / op schema voeden
- Te snel afbouwen
- Conditie moeder (NB HPP)

---

---

---

---

---

---

---

---



Aandoening	Wel doen	Niet doen
Stuwung	Fysiologisch aanleggen / kolven Aandacht voor goed aanleggen Reverse Pressure Technique Tepelhoed gecontroleerd inzetten (LK) Vederlichte lymfemassage (van de tepel af) Koelen Goede ondersteunende BH Ultrageluid/Oscillatie	Extra kolven Leegkolven Zoutbaden Diepe en/of stevige massage Triapparaten Tepelhoed gebruiken Strakke BH

**NVL WERKDOCUMENT**




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Aandoening	Wel doen	Niet doen
Inflammatoire mastitis	Koelen Vederlichte lymfedrainage massage Ultrageluidtherapie Ibuprofen 3 x 400 mg Paracetamol 4 x 1000 mg  Fysieke (bed)rust Rust borst, wel fysiologisch gebruiken Fysiologisch voeden of zo nodig tijdelijk andere borst als eerste aanbieden. Indien geen verbetering na 48 uur: bacteriële mastitis	Zoutbaden Masseren Legen, legen, legen Antibiotica  Ibuprofen passeert de placenta, kan met name in 3e trimester schade geven. Zwangerschap uitsluiten bij gebruik.

**NVL WERKDOCUMENT**




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Aandoening	Wel doen	Niet doen
Vernauwd/verstopt melkkanaal	Behandelen als inflammatoire mastitis Rust voor moeder Lecithine Vederlichte massage Ultrageluid	Hard masseren, 'strippen' <sup>2</sup> Vaker voeden aan de aangedane kant

<sup>2</sup> Met strippen wordt hier bedoeld het tussen duim en vingers leegduwen van het melkkanaal vanaf de verstopping tot de tepeluitgang.

**NVL WERKDOCUMENT**




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Mastitis Behandeling

### BELEID / BRONNEN:

ABM = Academy of Breastfeeding and Medicine  
NVL = Nederlandse Vereniging voor Lactatiekundigen

- LAAT zwelling afnemen!
- Wat is oorzaak? (lactatiekundige overleg optie)
- 24-48 uur inzetten op verbetering
  - Aanleggen verbeteren (check mond anatomie!)
  - Koelen zo veel mogelijk
  - Pijnstilling zo passend mogelijk
  - Lymfe drainage
- Ibuprofen 400 mg a 6 uur (24-48 u) =ontsteking remmend MAG!
- Combi met Paracetamol
- Antibiotica >24-28 uur of direct als erg ziek; 1<sup>e</sup> keus Flucloxacilline

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Mastitis Behandeling

### BRON NVL WERKDOCUMENT

<https://www.nlborstvoeding.nl/wp-content/uploads/2019/03/mastitispectrum-Werkdocument-NVL-compleet.pdf>  
ABM protocol  
<https://www.bfmed.org/assets/ABM%20protocol%20%2336.pdf>

### OUDE

- Oorzaak verstopping
- Extra aanleggen / kolven
- Warmte vooraf/ Koude erna
- Beginnen bij pijnlijke borst
- (Extra) leeg maken
- Forceren / trilling
- Harde massage / leeg duwen

### NIEUW

- Oorzaak zwelling / ontsteking weefsel
- Nadruk op koude /zwelling verminderen
- Ibuprofen 3x 400 mg (800 ABM) Paracetamol 4x 1000 mg
- Lecithine / Ultra Sound / Lymfe drainage / Aiende massage

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Mastitis Afwegingen

### ■ Nieuw – nieuwer – nieuwst

- TOEVOEGINGEN NVL
  - Lecithine
  - Ultrasound Therapie / Oscillator (Patricia Knook LC AMC)
- ABM protocol #36 Katrina B. Mitchell
  - Evidence Based (Class 3) and Practised Based
  - Lezing: [Gratis lezing Katrina Mitchell Mastitis Protocol ABM](#)
- Multidisciplinaire Richtlijn Borstvoeding 2015
  - = samenwerking met KNOV en NHG
  - Tijd en herziening nodig

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Have mastitis or a plugged duct?  
The Milk Meg  
Try DANGLE FEEDING!

Mastitis  
Tips and tricks

Standje koe ☺

---

---

---

---

---

---

---

---

Mastitis  
Melkstase

ONDERSCHEID

- Zwelling (klieren en/of weefsel)
- Ontsteking (niet infectieus)
- Ontsteking /infectie (infectieus)
- Galactocele/abces/carcinoma

Oedeem → ontstekingsverschijnselen (oa zwelling) → onvoldoende legen  
Onvoldoende legen → infecties → onvoldoende legen → abces mogelijk

---

---

---

---

---

---

---

---

Mastitis  
Bacteriëel?

WMO:  
Many lactating women who have potentially pathogenic bacteria on their skin or in their milk do not develop mastitis.  
But:  
Many women who do develop mastitis do not have pathogenic organisms in their milk.

Aantoonbaar: S.Aureus  
Zelden Streptococ, E.Coli en MRSA (metilicline resistent S.Aureus)

LET OP als kapotte huid

---

---

---

---

---

---

---

---

Mastitis  
Abces...



Neemt de tijd... Na kraamtijd  
Blijvend/peikende koorts  
Wisselend beeld/beleid  
Echo nodig  
Punctie?  
Incisie?

---

---

---

---

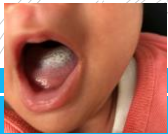
---

---

---

---

Bespreking  
Spruw



- Wat hoe maak je nou verschil tussen een aanslag op tongetje van de melk of van spruw?
- Oorzaken?
- En wat is het beleid rondom moeder én kind?



---

---

---

---

---

---

---

---

Inzichten  
studenten  
Spruw

---

---

---

---

---

---

---

---

Spruw  
Wel of niet?



---

---

---

---

---

---

---

---

Spruw  
Oorzaken

- **Moeder**
  - Drager
  - Besmetting
  - Weerstand
  - Wrijving
  - Medicijnen/dieet
- **Kind**
  - Besmetting
  - Wrijving
  - Aanslag, hoog gehemelte
  - Weerstand

---

---

---

---

---

---

---

---

Spruw  
Behandeling

- Tong schoonmaken?
- Als klachten bij moeder
  - Optie start alleen moeder behandelen
  - 48 uur->Miconazol (zonder recept) 4-6 dd, dun na voeden of kolven (=DAKTARIN)
  - Als helpt->doorgaan >7 dgn na verbetering
  - Afwassen?
  - Aanzuizen huidomgeving, citroen, cranberries???
- Als klachten bij kind < 3mnd:
  - Beiden behandelen
  - Nystatine voor baby via huisarts. (NB Daktarin beter werkzaam)
  - NB vaak-> 4-6x dun aanbrengen op aangedane plekken met schone vinger, na voeden (NB niet maar 2 DD)
  - Moeder Miconazol (Nystatine op tepel plakt en werkt minder)
  - Alternatief cocoonolie (geurend), Gentiaan Violet (online)

Nb tongriem / gehemelte  
Dusss-> mondonderzoek

---

---

---

---

---

---

---

---

Handouts

▪ <http://mamma-minds.nl/>  
“Handouts”

---

---

---

---

---

---

---

Resources

- Academy of Breastfeeding Medicine  
<https://www.bfmed.org/protocols>
- Multidisciplinaire Richtlijn Borstvoeding 2015  
<https://www.nij.nl/richtlijnen/alle-richtlijnen/richtlijn/borstvoeding>
- NVL werkdokument Mastitis  
<https://www.nvlborstvoeding.nl/wp-content/uploads/Mastitispectrum-Werkdocument-NVL-compleet.pdf>
- ABM protocol Mastitis#36  
<https://www.bfmed.org/assets/ABM%20Protocol%20%2336.pdf>
- La Leche League
- Borstvoeding.com
- ZIE Reader achtergrond informatie

---

---

---

---

---

---

---