

Borstcompressie

Als uw baby moeite heeft om voldoende melk uit een borst te drinken, kan het helpen om borstcompressie toe te passen. Dat gaat zo:

Neem de borst waaraan uw baby drinkt in de hand, duim aan de ene kant, vingers aan de andere kant. Kijk goed hoe de baby drinkt. Zolang uw baby goed drinkt – u ziet en hoort



hem slikken – doet u niets. Maar zodra uw baby minder actief drinkt – hij slikt niet of nauwelijks meer – drukt u uw borst stevig in zonder dat dit pijnlijk is en houdt dat vast. Door de druk (compressie) gaat de melk weer meer stromen en zal uw baby als reactie weer actiever gaan drinken. Dit zie je en hoor je dan ook. Zodra uw baby niet meer actief drinkt, laat u de borst los. Herhaal de borstcompressie zolang de baby actief drinkt. Als u uw baby niet meer tot actief drinken aan die borst kunt stimuleren, wissel dan van borst en doe daar weer hetzelfde.

Borstcompressie mag geen pijn doen. Als uw baby het vacuüm snel verliest, kunt u de druk dichterbij de borstkas uitvoeren.

Borstcompressie zorgt voor een stabiele melkstroom, waardoor uw baby langer actief aan de borst blijft drinken; de baby krijgt meer melk binnen en de melk is vetter. Ook stimuleert het de toeschietreflex.

Borstcompressie kan ook worden toegepast tijdens het kolven om de borst goed te legen.

Afbeelding: Frisius MC

