Gynaecologie - Verloskunde

Borstvoeding geven met een tepelhoedje

Contactgegevens ziekenhuizen van Alrijne

Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 582 8282

Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2402 WC Alphen aan den Rijn
071 582 8282

www.alrijne.nl

Een tepelhoedje is een tijdelijk hulpmiddel bij het geven van borstvoeding. Het is een siliconen opzetstukje met tepelvorm, dat over de tepel en tepelhof gelegd wordt. Er bestaan verschillende merken, zoals Medela, Avent en Ardo. De maatvoering verschilt per merk, meestal van small tot large.

Wanneer maakt u gebruik van een tepelhoedje?

Een tepelhoedje is een hulpmiddel om een moeilijke periode te overbruggen. Het zorgt ervoor dat uw kind beter houvast heeft aan de borst waardoor hij niet snel los laat tijdens het drinken. Het is mogelijk om een tepelhoedje te gaan gebruiken als:

- uw kind te vroeg geboren is;
- uw kind een veel te laag geboortegewicht heeft;
- uw kind een aandoening heeft met een te lage spierspanning;
- uw kind een te korte tongriem heeft;
- uw kind tijdens het drinken zijn tong verkeerd gebruikt;
- uw kind een aandoening heeft aan de lip of het gehemelte;
- uw kind, bijvoorbeeld door prematuriteit, het vacuüm niet goed kan vasthouden;
- uw kind binnen een paar minuten aan de borst in slaap valt;
- u vlakke of ingetrokken tepels heeft, alle adviezen al geprobeerd heeft en niets helpt.

Een tepelhoedje is een hulpmiddel met een gebruiksaanwijzing. Zorg ervoor dat u goed op de hoogte bent van de manier waarop u het tepelhoedje kunt gebruiken.
Zere tepels zijn geen indicatie voor een tepelhoed, vaak verergeren de klachten dan juist. De oorzaak wordt door het gebruik van een tepelhoed niet aangepakt.
Goede aanlegtechniek is hierbij erg belangrijk.

Hoe moet het tepelhoedje gebruikt worden?

Er zijn drie verschillende maten tepelhoedjes, small, medium en large. Let u bij het kiezen van de juiste maat op de grootte van de tepel. In Alrijne Ziekenhuis werken we met 3 verschillende maten S, M en L. Op de afdeling wordt door de verpleegkundige/kraamverzorgster bekeken welke maat tepelhoed u nodig heeft.
Als u een langere periode met een tepelhoedje gaat voeden, is het raadzaam om de tepelhoedjes zelf bij de drogist, babyspeciaalzaak of apotheek aan te schaffen.

Ga als volgt te werk:

- U kunt de randen van het tepelhoedje voor gebruik bevochtigen met water zodat het tepelhoedje steviger blijft zitten;
- Ondersteun uw kind met uw armen;
- Buig de zijkanten van het tepelhoedje helemaal naar buiten; klap het hoedje als het ware binnenste buiten; uitsparing ter hoogte waar het neusje van uw kind komt;
- Zet het hoedje op de tepel en laat de zijkanten op de borst komen. Trek het puntje van de tepelhoed naar buiten. Zorg ervoor dat de tepel precies in het midden van het hoedje zit;
- Zorg ervoor dat uw kind het gehele tepelhoedje in de mond neemt tot aan het brede gedeelte. Hij moet niet alleen op het hoedje zuigen, maar ook een stuk van de tepelhof in zijn mond nemen. De lipjes van uw kind zijn naar buiten gekruld;

- Uw kind mag het hoedje niet tussen de kaken platdrukken of vervormen. Het mondje moet wijd open zijn en de lipjes losjes naar buiten gekruld. Corrigeer eventueel door op het kinnetje te drukken en zo het mondje wijder open te maken;
- Let erop dat het open gedeelte op de plek zit waar het neusje van uw kind zit tijdens de borstvoeding. Uw kind blijft dan in contact met uw geur en heeft een optimaal huidcontact.

Schoonmaken en bewaren

Ga hygiënisch te werk door na elke voeding het tepelhoedje eerst met koud water af te spoelen, en daarna met heet water af te spoelen en af te drogen. Bewaar het tepelhoedje in een afgesloten bakje en kook het elke 24 uur 3 minuten uit.
Vervang het tepelhoedje iedere 6 weken.

Nadelen van het tepelhoedje

Aan het gebruik van het tepelhoedje zitten een aantal nadelen:

- De borstvoeding wordt minder goed gestimuleerd door het ontbreken van direct huidcontact met uw kind;
- Het kost het kind meer inspanning om de borst goed leeg te drinken;
- U moet nakolven als de voeding nog niet goed op gang is;
- Als er al melk is, kan de melkproductie teruglopen, waardoor het soms nodig is om na te kolven;
- Het kind leert een andere zuigtechniek dan wanneer het direct aan de borst drinkt;
- In sommige gevallen kan uw kind wel tevreden zijn na de voeding, maar toch te weinig voeding binnenkrijgen;
- Er kan bij uw kind gewenning aan het tepelhoedje ontstaan;
- Als het tepelhoedje niet goed wordt gebruikt, kunnen tepelkloven en pijn bij het aanleggen ontstaan.

Gewicht baby controleren

Bij het gebruik van een tepelhoedje raden wij aan om minimaal 1 keer per week het gewicht van uw kind te controleren. Groeit uw kind 150 gram of meer per week, dan kunt u, als u steeds heeft nagekolfd, het kolven langzaam afbouwen. Houd wel de groei van uw kind goed in de gaten.

Afwennen

Vaak ziet u dat de tepel door het gebruik van een tepelhoedje nu makkelijker naar buiten komt. Als u uw kind wilt afwennen met behulp van het tepelhoedje te drinken, probeer dit dan nadat uw kind enkele minuten goed aan de borst heeft gedronken. U haalt dan het tepelhoedje weg en u probeert uw kind opnieuw aan te leggen. Werkt dit niet, leg uw kind dan weer aan met het tepelhoedje. Blijft u dit van tijd tot tijd proberen. Soms lukt het beter als uw kind half slaapt, of als u samen met uw kind in bad gaat of huid op huid contact heeft.
Wij wensen u een goede borstvoedingsperiode toe.

Verpleegkundig team Moeder- en kindcentrum

Foldernummer 10.46, 12_25