

De wetenschap toegelicht:

waarom de juiste maat borstschild belangrijk is

Medela Kennisbrief

Een reeks voor professionals
in de geboortezorg

Dit is de eerste uitgave van de Medela Kennisbrief, een educatieve nieuwsbrief waarin de wetenschap rondom borstvoeding en moedermelk wordt uitgediept en toegelicht. Al bijna 60 jaar ontwikkelt Medela hoogwaardige producten rondom borstvoeding. We doen dit op basis van intensief en jarenlang wetenschappelijk onderzoek, in samenwerking met vooraanstaande onderzoekers wereldwijd. Door deze onderzoeken leren we steeds meer over lactatie, moedermelk, het natuurlijke drinkgedrag van de baby en de anatomie van de borst. Met al deze inzichten willen wij de moeder en ook jullie als professional ondersteunen, om de borstvoedingservaring van moeder en kind nog beter en prettiger te maken.

Waarom er borstschilden zijn in verschillende maten

Borsten en tepels zijn er in vele maten en vormen. Bovendien kunnen ze veranderen gedurende de borstvoedingsperiode. De onderzoekers van Medela gebruikten hun unieke – en ‘s werelds grootste – database met 3D-scans van verschillende lacterende borsten om de pasvorm van traditionele borstschilden te simuleren en te beoordelen. Al snel bleek dat iedere borst, iedere tepel uniek is en 1 maat borstschild niet kan volstaan.

Anatomie van de borst

Belangrijk hierbij is om de anatomie van de borst te leren kennen. Wanneer we de borst goed bekijken zien we dat 65% van het klierweefsel binnen de eerste 30 mm vanaf de tepel ligt. Melkkanalen liggen dicht onder de huid en worden gemakkelijk ingedrukt. Druk op de kanalen en het weefsel kan ertoe leiden dat de melk niet vrij kan stromen en dit kan leiden tot verstoppingen en het niet effectief legen van de borst.



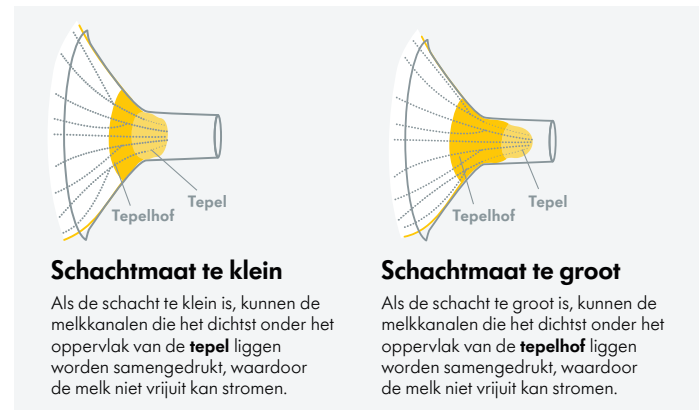
Wat gebeurt er wanneer een moeder borstvoeding geeft of kolft

Melkkanalen zetten tijdens een toeschietreflex uit met 68%. Dit bevordert de melkstroom naar de tepel. Tijdens het kolven kan de tepeldiameter tijdelijk 2 tot 3 mm toenemen. De schacht van het borstschild moet dus iets wijder zijn dan de tepeldiameter. Als het borstschild te sterk op de borst zou drukken, of als de schacht te nauw is, kan dit de melkstroom hinderen.



De gevolgen van een te klein of te groot borstschild

Als een moeder de verkeerde maat borstschild gebruikt kan ze ongemak ervaren en kan de melk mogelijk niet vrijuit stromen. Hierdoor worden borsten niet goed gelegeerd en kan ze minder melk kolven dan wanneer ze wel de juiste maat gebruikt. Daarnaast kan het kolven oncomfortabel zijn, of zelfs pijnlijk. Bovendien kunnen de melkkanalen verstopt raken wanneer deze niet goed genoeg gelegeerd worden en kan dit uiteindelijk zelfs leiden tot mastitis, oftewel borstontsteking.



Schachtmaat te klein

Als de schacht te klein is, kunnen de melkkanalen die het dichtst onder het oppervlak van de **tepel** liggen worden samengedrukt, waardoor de melk niet vrijuit kan stromen.

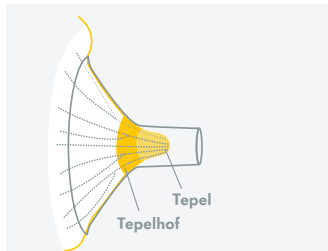
Schachtmaat te groot

Als de schacht te groot is, kunnen de melkkanalen die het dichtst onder het oppervlak van de **tepelhof** liggen worden samengedrukt, waardoor de melk niet vrijuit kan stromen.

De maat van het borstschild wordt dus niet bepaald door de borst, maar door de tepel. Je bepaalt de juiste maat eenvoudig in 3 stappen met de bewaarwijzer aan de achterzijde. Handig om te bewaren en te gebruiken.

Innovatie uit onderzoek

We weten al jaren dat een goed passend borstschild essentieel is om



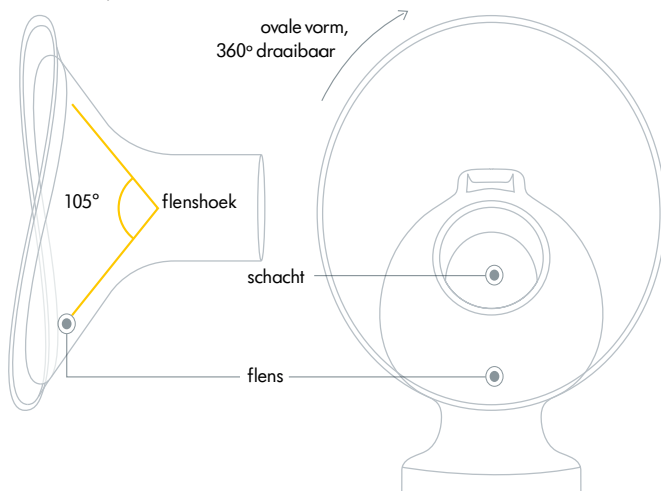
Flens te nauw

Als de flens te nauw is, worden melkkanalen en het **borstweefsel** samengedrukt, waardoor de melk niet vrijuit kan stromen.

comfortabel en effectief te kolven. In de laatste onderzoeken ontdekten men echter dat zelfs met een juiste schachmaat de vorm van de borst vaak niet aansloot bij een ander deel van het borstschild, namelijk de flens, die bij de meeste borstschilden een standaard openingshoek van 90° heeft. Door het testen van diverse hoeken stelden ze vast dat een flenshoek van 105° beter past bij de contouren van de borst. Bovendien was de tepel beter te centreren en was er minder puntcontact aan de rand. Dit veronderstelde een aangamere kolfervaring en betere melkstream en leidde tot de ontwikkeling van een nieuw innovatief borstschild.

Geoptimaliseerde anatomische pasvorm

Door een nieuwe hoek van 105° sluit het borstschild beter aan op de lacterende borst vergeleken met de oude borstschilden met een flenshoek van 90°. Dit betekent dat er minder vacuümverlies voorkomt en de moeder minder hard hoeft te drukken. En omdat borsten niet perfect rond en symmetrisch zijn, zijn de nieuwe borstschilden ook niet meer rond, maar ovaal van vorm en 360° draaibaar. Dit alles leidt tot meer comfort en uiteindelijk tot meer melk.



COLOFON: De Medela kennisbrief is een reeks achtergrondartikelen over wetenschappelijk onderzoeken naar lactatie, moedermelk en afkolven. Deze wordt uitgegeven door Medela Benelux B.V.

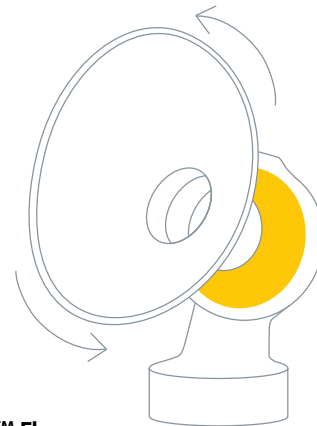
11% meer melk na 15 minuten

4% betere leging van de borsten

Het nieuwe borstschild verkrijgt aantoonbaar meer melk dan standaard borstschilden. Dat helpt om moeders gerust te stellen, wat uiteindelijk een hogere mate van tevredenheid ondersteunt.

360° draaibaar schild

Dankzij de ovale vorm van het borstschild kunnen moeders het op die wijze op de borst plaatsen die voor hen het meest comfortabel is.



PersonalFit™ Plus en PersonalFit™ Flex

Het nieuwe innovatieve borstschild is beschikbaar in 2 varianten. PersonalFit™ Plus is ontwikkeld voor de professionele borstkolf Symphony en geïntegreerd in de nieuwe Symphony afkolfssets Plus. Om de moeder meteen te voorzien van de juiste maat zijn de sets beschikbaar in 3 maten: S-21 mm, M-24 mm en L-27 mm. Daarnaast zijn losse schilden ook beschikbaar in XL-30 mm en XXL-36 mm.

Voor de persoonlijke borstkolven van Medela ontwikkelden we PersonalFit™ Flex. Een borstschild met dezelfde unieke eigenschappen en daarnaast een zachte rand, voor een aangename aansluiting op de borst. PersonalFit™ Flex is beschikbaar in 4 maten, S-21 mm, M-24 mm, L-27 mm en XL-30 mm.

Supporter van Borstvoeding is een interactieve Facebook-groep voor kraamverzorgenden en verloskundigen. Deel samen tips en ervaringen en lees de laatste onderzoeken Over borstvoeding en moedermelk. Zoek "supporter van borstvoeding" op Facebook



Kijk voor meer info op www.medela.nl of mail naar info@medela.nl

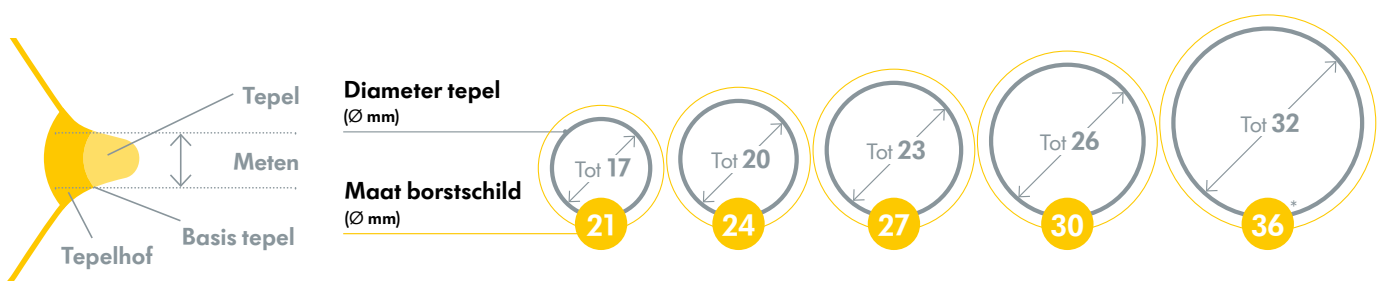
medela 

De juiste maat borstschild kiezen

Zorg ervoor dat je een borstschild in de juiste maat gebruikt. Dit is essentieel om effectief te kunnen kolven, het helpt de melkstroom te optimaliseren.

Meer informatie over de maten van de Medela borstschilden

Afcolven mag niet pijnlijk zijn. Met borstschilden in vijf maten biedt Medela maximaal comfort en efficiëntie tijdens het kolven. Gebruik deze richtlijn om op basis van de diameter van je tepel de voor jou meest geschikte maat te bepalen.



Stap 1

Meet met behulp van een liniaal of meetlint de diameter van je tepel aan de basis (over het midden) in millimeters (mm).

De tepelhof niet mee meten.

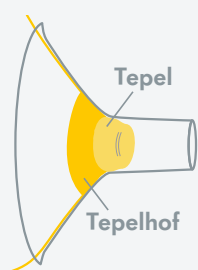
Stap 2

Bepaal op basis van de uitkomst je maat van het borstschild. Voorbeeld: Als de diameter van jouw tepel 16 mm bedraagt, adviseren wij het Medela borstschild in de maat 21 mm.

* PersonalFit™ Flex is niet beschikbaar in maat 36 mm

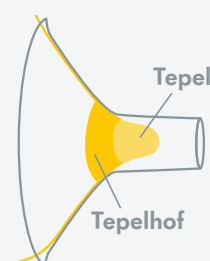
De maat van je borstschild testen

- Begin met de borstschild die met je kolf is meegeleverd of met de maat die je op basis van je meting hebt bepaald.
- Centreer de tepel en plaats het borstschild voorzichtig op de borst.
- Aanpassen om Maximum Comfort Vacuüm en optimale zuigkracht te bereiken.
- Beoordeel aan de hand van onderstaande afbeeldingen terwijl kolvend in de afkolf fase (na de stimulatiefase).



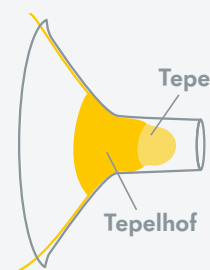
Te klein

- De tepel schuurt langs de zijkant van de schacht.
- Probeer een grotere maat.



Juiste maat

- De tepel bevindt zich in het midden en heeft voldoende bewegingsruimte.



Te groot

- De tepel en een overmatig deel van de tepelhof worden de schacht ingetrokken.
- Probeer een kleinere maat.

Wist je dat?

- Je voor elke borst mogelijk een andere maat nodig hebt?
- Je maat borstschild afhangt van je borstweefsel en huidelasticiteit?
- De juiste maat borstschild voor jou kan veranderen gedurende je afkolfperiode?
- De grootte van je tepel kan veranderen als je vacuümdruk toepast?
- Te hard aandrukken van het borstschild melkkanalen kan blokkeren?

Redenen om een andere maat te proberen

- Schuurt je tepel langs de schacht en voelt dit oncomfortabel aan?
- Kun je zien dat een overmatig deel van de tepelhof in de schacht wordt getrokken?
- Is er sprake van zichtbare roodheid?
- Kleurt je tepel of tepelhof wit?
- Voel je na het afkolven dat er melk is achtergebleven in de borst?

Als je ook maar een van deze vragen met «JA» hebt beantwoord, probeer dan een andere maat op basis van de bovenstaande meetinstructies. Raadpleeg een lactatiekundige of borstvoedingspecialist als je nog twijfelt of je de juiste maat hebt gekozen.