

# Melkproductie en het overlijden van de baby



Borstvoedingorganisatie  
La Leche League

# Melkproductie en het overlijden van de baby

*Het overlijden van een baby is een van de meest ingrijpende gebeurtenissen die ouders kan overkomen. Overlijdt een baby in de baarmoeder of tijdens of kort na de bevalling, dan komt de moedermelkproductie onvermijdelijk op gang. Heeft de moeder ten tijde van het overlijden al een volledige melkproductie, dan blijft de melkproductie gedurende enige tijd in stand. In deze brochure is te lezen hoe met het afbouwen van de melkproductie kan worden omgegaan.*

## Melkproductie en het overlijden van de baby

Uitgave onder redactie van Simone de Kok, LLL-leidster

Informatieblad 2013/1  
Bestelnummer 160

*De brochures van Borstvoedingorganisatie La Leche League worden in principe iedere vijf jaar herzien en aangepast aan de meest recente informatie.*



Borstvoedingorganisatie  
**La Leche League**

Stichting La Leche League Nederland  
Postbus 212, 4300 AE Zierikzee  
Tel. 0111 – 413189  
info@lalecheleague.nl  
www.lalecheleague.nl

Stichting La Leche League Vlaanderen  
Koningin Astridlaan 155  
2800 Mechelen  
Tel. 015/55.79.43  
www.lalecheleague.be

© Copyright Stichting La Leche League Nederland, 2013

*Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van fotokopie, microfilm, televisie, video of welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.*

### Overlijden van de baby in de baarmoeder of kort na de geboorte

Wanneer de baby in de baarmoeder of tijdens de bevalling overlijdt, reageert het lichaam van de moeder onder invloed van hormonen alsof er toch een kindje gevoed moet gaan worden: de melkproductie komt na een aantal dagen op gang. Hiervoor is geen precieze minimale zwangerschapsduur te noemen. In welke mate de melkproductie op gang komt, verschilt van moeder tot moeder.

Na het loslaten van de placenta dalen de niveaus van de hormonen progesteron en oestrogeen in het lichaam van de moeder. De niveaus van prolactine en oxytocine nemen toe. Deze laatste hormonen spelen een rol bij het tot stand komen van de melkproductie en het laten toeschieten van de melk.

### Op gang komen van de melkproductie

Door het proces dat deze hormonen in gang zetten, komt tussen de tweede en de zesde dag de melkproductie op gang. Het op gang komen van de melkproductie kan leiden tot stuwings. De borsten worden groter, zwaarder en gevoeliger.

Voor de ene moeder kan dit heel confronterend en wrang zijn. Zij kan baat hebben bij het gebruik van lactatieremmers in de eer-

ste dagen. Voor een andere moeder kan het een bewijs zijn dat haar lichaam werkt zoals de natuur het bedoeld heeft. Zo kan het op gang komen van de melkproductie een begin zijn van het terugwinnen van vertrouwen in haar eigen lichaam.

### Stuwings

Om de stuwings te verlichten, kan de moeder koude kompressen en kompressen van kwark of koolbladeren gebruiken. Deze verminderen de zwelling en pijn, maar zorgen niet voor een snellere afname van de stuwings. In overleg met de arts kan een ontstekingsremmer of pijnstiller worden gebruikt. Uit onderzoek is gebleken dat moeders die ontstekingsremmers gebruiken een snellere afname van de mate van stuwings hebben. Ook kunnen de borsten één of twee keer volledig leeggekolfd worden met een goed elektrisch kolfapparaat. Door de stuwings tijdig en goed te behandelen kan een borstontsteking voorkomen worden.

### Afbouwen

Afcolven kan helpen om stuwings te verminderen en de melkproductie op een geleidelijke manier af te laten nemen. Wanneer de moeder de eerste dagen regelmatig wat melk afkolft zodra de druk op haar borsten

## Pijn bij stuwning verlichten

### Koude kompressen

Koude kompressen kunnen gebruikt worden om stuwning te verlichten. Leg een doek tussen de huid en het kompres om bevriezing te voorkomen als het kompres uit de vriezer komt.

### Koolbladeren

Gekneusde koolbladeren (witte of groene kool) lijken verlichting te geven bij stuwning. Ze kunnen gekoeld of bij kamertemperatuur gebruikt worden. Leg ze op de borst of draag ze in de beha, zolang als dat prettig is.

onaangenaam aan gaat voelen, zal overmatige stuwning worden voorkomen. Het is niet nodig om de borsten 'tot de laatste druppel' leeg te kolven; afkolven tot de spanning in de borsten vermindert, is voldoende. De melk die de moeder daarmee uit haar borsten haalt, kan zij weggooien, invriezen, gebruiken voor eventuele andere kinderen uit het gezin of doneren.

De moeder kan de hoeveelheid melk die zij afkolft in de loop van de dagen minderen of zij kan het aantal malen dat zij afkolft verminderen. Zo zal de melkproductie geleidelijk afnemen. Het is belangrijk de borsten regelmatig te controleren op rode en harde plekken, om een borstontsteking te helpen voorkomen (zie pagina 6).

## Overlijden in de eerste weken

Soms weten ouders al een tijdje dat de overlevingskansen voor hun kindje niet zo groot zijn. En soms zullen ouders na goede vooruitzichten toch onverwacht geconfronteerd worden met het verlies van hun kind.

Als de baby erg ziek was, zal het niet altijd mogelijk zijn geweest dat de baby aan de borst dronk. De moeder kan haar melkproductie op gang hebben gebracht en gehouden met afkolven. Na het overlijden van de baby zal de moeder de melkproductie rustig moeten afbouwen, om te voorkomen dat ze een verstopt melkkanaaltje of een borstontsteking krijgt. Ook wanneer haar kindje wel aan de borst dronk, zal de moeder de melkproductie kolvend moeten afbouwen. Voor moeders die na het overlijden van hun baby voor het eerst gaan afkolven, is het belangrijk dat zij geholpen worden bij de techniek van het afkolven. Afkolven is heel anders dan aan de borst voeden en zeker in stressvolle situaties kan het lastig zijn de melkstroom op gang te brengen.

Om de melkstroom op gang te brengen kunnen de volgende middelen helpen:

- Kijken naar een foto van de baby.
- Rustgevende muziek, een warme kop thee of een warmtekompres op de borst.
- Borstmassage ontspant en bevordert de toeschietreflex.
  - Ondersteun met een hand één borst, duim erboven en vingers eronder. Druk duim en vingers zacht op elkaar, laat de vingers naar voren glijden vanaf de buitenkant naar de tepels; ga zo de borst rond. Herhaal dit bij de andere borst.
  - Begin met het zachtjes masseren van de bovenkant van de borst met draaiende bewegingen van de vingers. Verplaats na een paar seconden de vingers naar het stukje borst ernaast. Masseer zo de hele borst, spiraalsgewijs, in de richting van de tepelhof.
  - Strijk met de hand over de borst vanaf de bovenrand van de borst tot aan de tepel, zachtjes roffelend met de vingers. Ga zo de hele borst rond.

- Buig voorover en schud de borst voorzichtig heen en weer.
- Masseer met vlakke hand over beide tepels tegelijk, met een zacht draaiende beweging.

## Overlijden na de eerste maanden

Wanneer de baby na de eerste maanden komt te overlijden, zal in veel gevallen een stabiele productie opgebouwd zijn, die afhankelijk is van vraag en aanbod. De melkproductie zal al kolvend geleidelijk moeten worden afgebouwd. Omdat een kolf de borst veel minder effectief leegt dan de baby, is het raadzaam steeds alert te zijn op tekenen van een verstopt melkkanaaltje.

## Afbouwen door middel van afkolven

Bij afbouwen van de productie door kolven is het uitgangspunt het aantal keren per dag dat de moeder voorheen borstvoeding gaf, of afkolde voor haar kindje. De melkproductie kan worden afgebouwd door de hoeveelheid melk per keer steeds wat te verminderen, of elke twee tot drie dagen een keer minder af te kolven, of de tijd tussen twee kolfbeurten steeds iets langer te maken. Bij sommige moeders zal de melkproductie relatief snel teruglopen. Bij andere moeders vergt het afbouwen wat meer tijd. Het is belangrijk dat het afbouwen niet te snel gebeurt, zodat verstopte melkkanaaltjes en/of een borstontsteking zoveel mogelijk worden voorkomen. Het afbouwen kan een belangrijk onderdeel in het verwerkingsproces van de moeder zijn. Zij bepaalt zelf hoe zij dit wil laten verlopen.

## Lactatieremmers

### Salie

Salie\* is een kruid dat de melkproductie remt. Het zou onder andere een oestrogene werking hebben en daardoor de melkpro-



ductie kunnen remmen, ook als die niet meer echt afhankelijk is van een hoge prolactinespiegel. Salie doet dus niets met de prolactineafgifte, maar grijpt in op de melklieren zelf. Het gebruik van salie kan bij het afbouwen van de melkproductie ondersteunend werken. De salie kan gebruikt worden door er thee van te zetten: een eetlepel gedroogde salie op 750 ml gekookt water, 5 tot 15 minuten laten trekken, 2 tot 6 keer per dag een kopje van drinken.

## Medicijnen

Er zijn ook medicijnen die de melkproductie kunnen afremmen: Parlodel (stofnaam bromocriptine) en Dostinex (stofnaam cabergoline). Deze middelen werken remmend op de afgifte van prolactine vanuit de hersenen. Bromocriptine mag in veel landen niet meer worden voorgeschreven, vanwege de soms zeer ernstige bijwerkingen. Cabergoline wordt in verschillende Europese landen gebruikt om de melkproductie na de bevalling te remmen. Cabergoline wordt in Nederland en Vlaanderen nauwelijks meer



voorgeschreven, mede vanwege de soms ernstige bijwerkingen.

Deze remmers van de prolactine-afgifte zijn vooral effectief in de eerste dagen na de bevalling. Na de bevalling wordt vanuit de hersenen namelijk veel prolactine afgegeven om de melkproductie op gang te laten komen. Na de eerste weken wordt de melkmaak vooral gestuurd door het regelmatig stimuleren van de borsten en veel minder door prolactine. De prolactinewaarden in het bloed zijn na de eerste weken veel lager en pieken alleen nog als de borsten gestimuleerd worden.

### Borstontsteking

Wanneer de melk zich ophoopt in de borst kan er een verstopt melkkanaal ontstaan. Dit is te voelen als een harde bobbel of schijf in de borst. Meestal is de plek gevoelig, soms zelfs zeer pijnlijk. De huid kan rood zien en warm aanvoelen. Wanneer deze symptomen samengaan met verhoging of koorts en een griepig gevoel (lusteloosheid, overal pijn, soms misselijkheid of overgeven) is er sprake van een borstontsteking. De overgang van een verstopping naar een ontsteking kan een paar uur tot meer dan een etmaal duren. Soms gaat het zo snel dat het lijkt of de ontsteking uit het niets is ontstaan. Een enkele keer is er sprake van een borstontsteking zonder koorts.

De behandeling van een borstontsteking na het overlijden van de baby bestaat uit het goed legen van de borst met een kolf. Het zorgen voor warmte en ontspanning voor het afkolven kan de melk gemakkelijker laten stromen. Ook kan de verstopte plek gemasseerd worden in de richting van de tepel tijdens het afkolven. Als de koorts aanhoudt is het belangrijk een arts te raadplegen.

### Niet direct afbouwen

Sommige moeders zullen de melkproductie liefst direct willen stoppen. Andere moeders ervaren de melkproductie als 'het enige wat ze nog hebben' of als middel om te kalmeren en hebben langere tijd nodig om toe te groeien naar het afscheid hiervan. Daarnaast ervaren sommige moeders het stromen van de melk voor de baby die er niet meer is als een uiting van verdriet: 'Het was alsof heel mijn lichaam huilde, tranen uit mijn ogen en melk uit mijn borsten'.

Ieder rouwt op een eigen manier. Wanneer het gedurende enige tijd in stand houden van de melkproductie een moeder hierin kan helpen, is het van belang dat zij hierin haar eigen keuze mag en kan maken.

### Afgekolfde melk

Wanneer na het overlijden van een baby de melkproductie gestopt is, beschikt de moeder niet zelden over een voorraad afgekolfde moedermelk. Op enig moment zal de vraag zich voordoen wat te doen met deze melk. Deze vraag gaat vaak gepaard met veel emotie.

Er zijneenaantalopties: bewaren, weggooiën, gebruiken of doneren. Weggooiën kan gepaard gaan met gevoelens van verspilling en verdriet. Het kiezen van een symbolische plaats voor het weggooiën van de melk kan deze gevoelens soms enigszins verzachten.

Er zijn moeders die hun melk gebruiken om bijvoorbeeld gerechten te bereiden. Moedermelk kan als vervanging van iedere andere melkdrank worden gebruikt, en zo bijvoorbeeld worden aangewend voor het eigen herstel of voor een (eventueel) ouder kindje in het gezin.

In Nederland zijn er opties om moedermelk te doneren. Het is belangrijk dat de rouwende moeder zich realiseert dat er zeer strenge regels en tijdrovende protocollen in acht ge-

nomen moeten worden bij donatie van haar melk. Voor meer informatie over het doneren van melk kan contact worden opgenomen met een LLL-leidster.

### Lotgenotencontact

Veel ouders vinden het fijn om contact met lotgenoten te hebben, bijvoorbeeld de Vereniging Ouders van een Overleden Kind of Stichting Lieve Engeltjes. Voor de adressen van deze organisaties zie onderaan dit informatieblad.

### Tot slot

Na het overlijden van een baby krijgt de moeder veelal te maken met het feit dat haar borsten (nog) melk produceren.

Adequate begeleiding helpt om in deze verdrietige situatie lichamelijke ongemakken zoals een verstopt melkkanaaltje of een borstontsteking te voorkomen.

De melkproductie kan al kolvend geleidelijk worden afgebouwd. Hoeveel tijd de moeder voor dit proces wil nemen is een persoonlijke keuze. Het is belangrijk dat de moeder in haar keuze wordt gerespecteerd en gesteund door de mensen om haar heen. Dat kan een eerste stap zijn op weg naar acceptatie van het verlies van haar baby en herstel van het vertrouwen in haar lichaam.

---

### Contactgegevens

#### Vereniging Ouders van een Overleden Kind

Postbus 418, 1400 AK Bussum  
www.vook.nl

De hulptelefoon is te bereiken onder telefoonnummer 0900-2022723 (€0,05 per minuut) op werkdagen van 09.00 tot 12.00 uur, van 14.00 tot 17.00 uur en van 19.00 tot 22.00 uur

#### Stichting Lieve Engeltjes

Postbus 945, 3900 AX Veenendaal  
tel. 06-30579407  
www.lieve-engeltjes.nl

### Bronnen

- Borstvoedingorganisatie La League, (2009), Handboek Borstvoeding, Veltman uitgevers, Utrecht.
- Geerinck-Vercammen, C. (2009), Stille baby's, Uitgever Archipel, Utrecht.
- <http://motherwear.typepad.com/files/final-us-lactation-after-loss-brochure.pdf>

\* *Salie heeft een vruchtafdrijvende werking. Het gebruik ervan wordt daarom afgeraden bij (vermoeden van) zwangerschap.*

## Waarover gaat deze LLL brochure?

Na het overlijden van een baby krijgt de moeder veelal te maken met het feit dat haar borsten (nog) melk produceren. In deze brochure is aandacht voor de gevoelens die dat te weeg kan brengen. Ook wordt er informatie gegeven over hoe moeders met de melkproductie kunnen omgaan en wat aandachtspunten zijn.

## Wat is Borstvoedingorganisatie La Leche League?

Borstvoedingorganisatie La Leche League (LLL) is de afdeling van La Leche League International (LLLl) voor Nederland en Vlaanderen. LLLL is een internationale organisatie die zich inzet voor het geven van hulp en informatie aan vrouwen die borstvoeding (willen gaan) geven. Sinds de oprichting van een kleine lokale groep in de USA in 1956 is LLLL nu uitgegroeid tot een organisatie met afdelingen op alle continenten.

Ouders, zorgverleners en andere belangstellenden kunnen zich met hun vragen tot LLL wenden. De hulp en informatie worden gegeven in de vorm van een persoonlijk gesprek, telefonische hulpdienst, informatiebijeenkomsten, boeken, brochures, hulpmiddelen en conferenties. Het werkgebied van LLL omvat alle aspecten van borstvoeding in gewone en bijzondere situaties, van de voorbereiding op het geven van borstvoeding tot en met het stoppen met borstvoeding.



### Borstvoedingorganisatie La Leche League

Stichting La Leche League Nederland  
Postbus 212, 4300 AE Zierikzee  
Tel. 0111 – 413189  
info@lalecheleague.nl  
www.lalecheleague.nl

Stichting La Leche League Vlaanderen  
Koningin Astridlaan 155  
2800 Mechelen  
Tel. 015/55.79.43  
www.lalecheleague.be