

Vrouw Kind Centrum

Spruw

Inleiding

Tijdens het geven van borstvoeding kan er zowel bij u als bij uw baby een schimmelinfectie ontstaan. Bij de moeder spreekt men van candidiasis, bij de baby van spruw. Meestal gaat het hierbij om de Candida Albicans. Veel mensen zijn drager van deze schimmel en hebben hier normaal gesproken geen last van. Maar door veranderingen in de omgeving van de Candida kan deze een schimmelinfectie veroorzaken.

Aanleidingen voor deze veranderingen kunnen zijn:

- Verminderde weerstand, stress, overgevoeligheid.
- Zwangerschap en bevalling.
- Verstoorde suikerhuishouding (diabetes mellitus).
- Gebruik antibiotica of hormoonpreparaten, onder andere de pil.
- Vochtige omgeving, bijvoorbeeld natte zoogkussens.

Baby's kunnen tijdens de geboorte in aanraking komen met de Candida-schimmel en daardoor spruw ontwikkelen. Te vroeg geboren baby's, baby's met een laag geboortegewicht en zieke baby's hebben een verhoogde kans op spruw. Spruw kan ook overgedragen worden door het laten zuigen op een vinger. Door het drinken aan de borst kan de baby vervolgens bij de moeder candidiasis veroorzaken. Vooral bij een beschadigde huid (tepelkloven) zal de moeder hier gevoelig voor zijn. Het kan ook zijn dat u zelf candidiasis krijgt. U kunt dan uw baby besmetten, waardoor deze spruw krijgt.

Als er sprake is van spruw en/of candidiasis, is het daarom van belang dat zowel uzelf als uw baby behandeld worden, zelfs als maar

een van beiden klachten heeft. Is er alleen sprake van een vaginale schimmelinfectie, dan is een behandeling van alleen uzelf voldoende.

Spruw

De meest voorkomende tekenen bij een baby zijn:

- Witte plekken op het mondslijmvlies en de tong, die niet weg te vegen zijn.
- Mondslijmvlies ziet roder dan normaal.
- Een parelmoerglans op de tong.
- Onrustig drinken door pijn of jeuk. Tijdens het drinken hoort u een klakkend geluid en uw baby laat vaak los of weigert zelfs de borst. Ook als uw baby niet drinkt, hoort u hem of haar smakken en de lippen aflikken.
- Een hardnekkige en pijnlijke luierslag.

Overigens is er niet altijd iets te zien bij de baby.

Candidiasis

Een candidiasis kan voorkomen in en op de borst, tepel en tepelhof. De meest voorkomende tekenen zijn:

- Verkleuring van de tepel naar rozerood/paars.
- Gladde, gespannen, glanzende of schilferige huid.
- Kleine bultjes.
- Ernstige jeuk die kan overgaan in een scherpe pijn (als messteken), vooral tijdens en na het voeden.
- Brandend gevoel en/of pijn die door de arm of rug trekt.

Ook hier geldt dat er niet altijd iets bijzonders is te zien aan de tepels. Raadpleeg altijd een lactatiekundige of (huis)arts bij bovenstaande verschijnselen.

Behandeling van moeder en kind

In principe kunnen candidiasis en spruw vanzelf overgaan. Bij borstvoeding kunnen de klachten echter veel problemen veroorzaken en er is een grote kans dat u en uw kind elkaar over en weer blijven besmetten. Om te voorkomen dat u moet/wilt stoppen met borstvoeding is snelle en zorgvuldige behandeling aan te raden. Deze bestaat uit medicijnen (antischimmelmiddelen), in combinatie met hygiënemaatregelen en goed aanleggen.

Antischimmelmiddelen

Om de schimmelinfectie te behandelen zal de arts een antischimmelcrème voorschrijven voor de tepels en zo nodig de billen van de baby. Ook kan hij/zij een poederoplossing (suspensie) of gel voorschrijven voor in het mondje van de baby. Om terugkeer van klachten te voorkomen moet u na het verdwijnen van de klachten nog 1 week doorgaan met de behandeling.

Voorbeelden van antischimmelmiddelen:

- **Nystatine** – voor het **mondgebied** van de baby. Dit is een poederoplossing die na oplossen een gele kleur heeft en een sterke geur. Volgens voorschrift behandelt u hiermee het mondje van uw baby **na** de voeding.
- **Miconazol** – voor het **luiergebied** van de baby. Als de baby een schimmelinfectie op zijn/haar billen heeft, zal de arts miconazolcrème voorschrijven. Deze crème is ook te koop zonder recept bij de drogist. Deze crème kunt u 2 keer per dag op de billen van de baby smeren met daarover heen een laagje vaseline, zodat de crème beter blijft zitten.
- Voor **de tepels** van moeder wordt ook een **Miconazolcrème** voorgeschreven. Deze crème kunt u na elke voeding of kolfsessie op uw tepels smeren. Wij raden u aan om voor uzelf niet dezelfde tube als van uw baby te gebruiken.
- Is er ook sprake van een bacteriële infectie van de tepel, dan schrijft de arts meestal ook een **ontstekingsremmer en/of antibiotica** voor.
- Als u klachten en/of diepe borstpijn blijft houden of als de klachten terugkeren, kan

de arts ook een behandeling met **Fluconazol**, in capsulevorm voorschrijven. Die medicijnen, via de mond in te nemen, werken in het hele lichaam. Denkt u eraan om de bijsluiters van de medicijnen te lezen?

Toepassing van anti-schimmelcrème

Bij de moeder

- Spoel na de voedingen uw tepels en tepelhof af met water. Goed aan de lucht laten drogen.
- Breng **na iedere** voeding de crème heel dun op tepels en tepelhof aan; dit is effectiever dan 2 tot 4 keer per dag.
- Gebruik telkens een schone vinger. Ga niet met dezelfde vinger over een andere plek en kom niet met de gebruikte vinger aan de tube zelf om besmetting via de tube te voorkomen.
- Verwijder vóór het voeden voorzichtig de eventueel achtergebleven crème van uw tepels. Was daarna de handen.

Bij de baby

- Bestrijk volgens voorschrift 4 keer per dag goed alle oppervlakten binnen in het mondje van uw baby. Dat wil zeggen: tussen de wangen en het tandvlees, op de tong, onder de tong, boven in de mond en tussen de lippen en het tandvlees. Dit doet u met een schone vinger of met behulp van een wattenstokje. Het wattenstokje doopt u maar 1x in het flesje, hierna neemt u een schoon wattenstokje. Als u de vinger gebruikt, doet u eerst de hoeveelheid op bijvoorbeeld een lepeltje en daarna brengt u het met de vinger aan bij uw baby. Dit om de inhoud van het flesje verder niet te besmetten.
- Bij luieruitslag moet u de aangedane plekken dun insmeren. Daarna een laagje vaseline of zinkoxide erover heen zodat de crème niet direct in de luier verdwijnt.

Doorgaan met voeden?

Borstvoeding kan tijdens de behandeling gewoon doorgaan. Vaak merkt u al verbetering in de loop van de tweede dag.

De volgende adviezen kunnen helpen om het voeden minder pijnlijk te laten zijn:

- Een pijnstillert innemen, bijvoorbeeld paracetamol (max. 4 x per dag 1000 mg).
- Vaak en kort voeden. Begin de voeding aan de minst pijnlijke borst en schuif de baby door naar de andere borst als de melk is toegeschoten.
- Het toeschieten van de melk bevorderen door onder andere warmte, ontspanning of kort kolven met de hand.
- De pijnlijke borst(en) goed laten leeg drinken. Eventueel kunt u tijdelijk gaan kolven en de melk op een andere manier geven.
- Eventueel tepelbeschermers gebruiken. Bij onhygienisch gebruik verergert of veroorzaakt dit een candida infectie.

Hygiënemaatregelen

Onderstaande hygiënemaatregelen helpen bij het bestrijden van de schimmelinfectie:

- Was voor en na elke voeding, het verschonen van de luier en de toiletgang zorgvuldig uw handen gedurende minimaal 15 seconden met warm water en zeep. Dit geldt ook voor andere verzorgers.
- Was ook de handjes van uw baby regelmatig bij spruw.
- Gebruik wegwerphanddoekjes om te drogen. Verschoon regelmatig handdoeken. Gebruik elkaars handdoeken niet.
- Houd vingernagels kort.
- Gebruik alleen zure zeep (bijvoorbeeld Sebamed), géén antibacteriële zeep!
- Doe iedere dag een schone bh aan of draag geen bh.
- Verschoon regelmatig zoogcompressen (bij voorkeur katoen). Houd de huid droog.
- Kook spulletjes die de baby in zijn mond gestopt heeft (fopspeen, spenen, bijtringen, speelgoed) en alles wat in contact komt met de moedermelk (kolf, tepelhoedjes en -beschermers) dagelijks 5 minuten uit.
- Na elk gebruik van hulpmiddelen zoals een flesspeen, kolfset of tepelhoedje deze afwassen met afwasmiddel.

- Vervang alle tepelhoedjes, fop- en flessenspenen regelmatig. Dat wil zeggen: tijdens de behandeling wekelijks.
- Was handdoeken, spuugdoekjes en kleren die in aanraking met de schimmel komen, in heet water (minimaal 60°C). Strijken en in de zon drogen helpt de schimmel te doden.
- Koop nieuwe tandenborstels voor het hele gezin.
- Reinig meubels grondig.
- Vries tijdens de schimmelinfectie de moedermelk niet in. Bevriezen vermindert namelijk de activiteit van de schimmel maar doodt het niet, waardoor de infectie kan terugkeren.
- Wilt u toch de melk uit de spruwperiode invriezen, verhit deze dan tot 60 graden zodat de schimmel gedood wordt. Na afkoelen kunt u het invriezen. Dit heet pasteuriseren.
- Vers afgekolde melk kunt u gewoon geven aan de baby.
- Behandel alle besmette personen in het gezin. Ga tijdens de behandeling niet samen in bad. Vermijd handelingen waardoor u de schimmel verplaatst zoals tijdens het vrijen en gebruik condooms om besmetting te voorkomen.

Voedingsadviezen

Het is van belang dat u zo min mogelijk zoete en suikerhoudende producten gebruikt. Dat wil zeggen: geen suiker in de koffie, thee en aan maaltijden toevoegen. Gebruik het liefst zo veel mogelijk zure melkproducten (karnemelk, yoghurt, biogarde, kwark). De schimmel 'leeft' namelijk op suiker en kan niet tegen zure producten. De zuurgraad van het lichaam reageert goed op zure producten.

Alternatieve hulpmiddelen bij candida

Ter behandeling van een schimmelinfectie zijn er ook alternatieve middelen die gebruikt kunnen worden. Deze zijn alleen niet wetenschappelijk onderbouwd en worden daarom in het ziekenhuis niet voorgeschreven. Voor meer informatie kunt u terecht op www.borstvoeding.com of www.Eurolac.net

Vragen?

In deze folder hebben we u tips gegeven over een schimmelinfectie bij borstvoeding. Hebt u na het lezen van deze folder vragen, aarzel dan niet deze te stellen. Wij staan altijd voor u klaar.

- Lactatiekundigen. Tel: (0182)50 52 78 of per mail: lactatiekundige@ghz.nl
- Vrouw Kind Centrum (VKC) tel: (0182) 50 54 65 of 50 54 45 (tijdens opname)
- Afdeling Kindergeneeskunde tel: (0182) 50 54 61 (tijdens opname)

Meer informatie

U kunt meer informatie over borstvoeding vinden op de volgende websites:

www.ghz.nl/gezinsuites

www.inzwang.nl

www.babyfriendlynederland.nl

www.nvlborstvoeding.nl

www.borstvoeding.nl

www.borstvoeding.com

www.voedingscentrum.nl

www.lalecheleague.nl

www.borstvoedingsforum.nl

Verantwoording

Bij het samenstellen van deze tekst is gebruikgemaakt van de brochure van de Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen; Breastfeeding and Human Lactation Third Edition, Jan Riordan (2005 by Jones and Bartlett Publishers, Inc); Brochure 3, Vereniging Borstvoeding Natuurlijk, 2002; Informatieblad spruw en candidiasis van de borst, Vereniging Borstvoeding Natuurlijk, juni 2005, Brochure Spruw en candidiasis, Stichting La Leche League Nederland, 2003, The Breastfeeding Atlas, Third Edition, B. Wilson-Clay & K. Hoover, 2005

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10

2803 HH Gouda

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:

(0182) 50 50 50

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis

i.s.m. In Zwang

productie : Marketing & Communicatie

april 2022

04.06.162

