

Spruw (Schimmelinfectie)

Belangrijke punten:

- Spruw is een schimmelinfectie;
- Je baby kan witte plekken in de mond krijgen en slechter drinken;
- Jij kunt een schimmelinfectie op je tepels krijgen. (candidiasis);
- Jullie kunnen elkaar besmetten tijdens borstvoeding;
- Jullie krijgen dan medicijnen tegen schimmel;
- Gebruik deze medicijnen nog 1 week langer nadat de klachten over zijn;
- Was vaak je handen met water en zeep;
- Kook spullen voor in de mond elke dag 3 minuten uit, na afwassen;
- Je mag borstvoeding blijven geven.

In de eerste maanden na de geboorte kan je baby een schimmelinfectie krijgen. Geef je borstvoeding, dan kan jij ook een schimmelinfectie krijgen waardoor je elkaar besmet. Bij jou heet dit candidiasis. Bij je baby heet dit spruw.

Meestal gaat het hierbij om de *Candida albicans*. Veel mensen dragen deze schimmel bij zich zonder klachten. Soms verandert er iets in je lichaam. Daardoor kan de schimmel gaan groeien en klachten geven.

Dit kan komen door:

- minder weerstand, stress of overgevoeligheid;
- zwangerschap en bevalling;
- suikerziekte (diabetes mellitus);
- gebruik van antibiotica of hormonen (zoals de pil);
- een vochtige omgeving, bijv. natte zoogkassen.

Tijdens de geboorte kan je baby al in contact komen met de schimmel. Je baby kan dan spruw krijgen. Baby's die te vroeg zijn geboren, een laag geboortegewicht hebben

of ziek zijn, krijgen vaker spruw. Spruw kan ook ontstaan als je baby zuigt op een vieze vinger.

Drinkt je baby aan de borst, dan kan hij of zij jou besmetten.

Heb jij of je baby spruw of candidiasis en geef je borstvoeding? Dan is het belangrijk dat jij en je baby allebei behandeld worden, ook als maar één van jullie klachten heeft. Heb jij een vaginale schimmelinfectie? Dan is behandeling van alleen jezelf voldoende.

Spruw bij je baby

Je baby kan deze klachten hebben:

- witte plekken in de mond of op de tong die je niet kunt wegvegen;
- rood mondslijmvlies;
- een parelmoerachtige glans op de tong;
- onrustig drinken door pijn of jeuk.
 - je hoort soms een klakkend geluid;
 - je baby laat vaak los en weigert de borst;
 - ook als je baby niet drinkt, hoor je hem of haar smaken en de lippen aflikken.
- hardnekkige en pijnlijke luierverslag.

Candidiasis bij jou

Candidiasis kan zitten op de borst, tepel en tepelhof. Je kunt deze klachten hebben:

- tepels worden roze-rood/paars;
- de huid is glad, gespannen, glanzend of schilferig;
- kleine bultjes;
- ernstige jeuk;
- scherpe pijn; vooral tijdens of na het voeden;
- brandende pijn die door de arm of rug trekt.

Klachten van pijnlijke tepels kunnen ook een andere oorzaak hebben dan een schimmelinfectie, zoals het niet goed drinken

van je baby, melkblaar, hormonen, exceem, vaatkramp. Twijfel je hieraan, vraag dan hulp bij een lactatiekundige (dit is iemand die veel weet over borstvoeding).

Behandeling van moeder en kind

Spruw en candidiasis gaan meestal vanzelf over door goede hygiëne. Geef je borstvoeding? Dan kunnen de klachten veel pijn en problemen geven. Jij en je baby kunnen elkaar blijven besmetten. Een snelle en goede behandeling is daarom belangrijk. Zo voorkom je dat je moet stoppen met borstvoeding. De behandeling bestaat uit:

- antischimmelmedicijnen;
- goede hygiëne (goed schoonhouden, vaak handen wassen);
- goed aanleggen van je baby.

Antischimmelmiddelen

De arts schrijft meestal medicijnen tegen schimmel voor:

- Een crème voor jouw tepels;
- Zo nodig een crème voor de billen van je baby;
- Een vloeistof of gel voor in de mond van je baby.

Blijf nog 1 week behandelen nadat de klachten weg zijn. Zo voorkom je dat de schimmel terugkomt.

Voorbeelden van medicijnen

Nystatine

- Voor in de mond van je baby;
- Gele vloeistof met sterke geur;
- Je breng dit aan na de voeding.

Miconazol crème

- Voor schimmelinfectie in het luiergebied van je baby;
- Je smeert dit 2 keer per dag;
- Doe er daarna een laagje vaseline overheen;
- Ook geschikt voor jouw tepels;
- Smeer na elke voeding of kolfsessie;
- Smeer geen vaseline op je tepel, alleen Miconazol;
- Gebruik niet dezelfde tube voor jou en je baby.

Heeft je tepel ook een bacteriële infectie? Dan schrijft de arts soms ook antibiotica of een ontstekingsremmer voor.

Blijven de klachten bestaan of komen ze terug? Dan kan de arts Fluconazol voorschrijven. Dit zijn capsules die je inneemt via de mond en die in het hele lichaam werken.

Lees altijd de bijsluiter van je medicijnen.

Zo gebruik je anti-schimmelcrème

Bij jezelf

- Spoel na elke voeding je tepels en tepelhof met water;
- Laat ze goed aan de lucht drogen;
- Smeer na elke voeding een dun laagje crème;
- Gebruik steeds een schone vinger;
- Raak de tube niet aan met de gebruikte vinger;
- Verwijder vóór de volgende voeding de crème voorzichtig van je tepels;
- Was daarna je handen.

Bij je baby

In de mond

- Breng 4 keer per dag de medicijnen aan; verdeel met het spuitje de vloeistof op de plekken in de mond.
- Smeer alle plekken goed in:
 - wangen;
 - tong (boven en onder);
 - tandvlees;
 - lippen.
- Gebruik een schone vinger of een wattenstokje;
- Doop een wattenstokje maar één keer in het flesje;
- Gebruik steeds een nieuw wattenstokje.
- Gebruik je een spuitje, was deze dan na gebruik af met afwasmiddel.

Bij luieruitslag

- Smeer de plekken met uitslag dun in;
- Doe er daarna vaseline of zinkzaf overheen.

Kun je doorgaan met borstvoeding?

Ja, je kunt tijdens de behandeling blijven voeden. Vaak merk je na 2 dagen al verbetering. Deze tips kunnen helpen bij pijn:

- neem paracetamol (maximaal 4 keer per dag 1000 mg);
- voed vaker en korter;
- begin aan de minst pijnlijke borst;
- stimuleer het toeschieten van de melk met warmte en ontspanning;
- laat de borst goed leeg drinken;
- kolf tijdelijk als voeden te pijnlijk is;
- gebruik eventueel tepelbeschermers; Let op: slecht schoonmaken kan de schimmel verergeren.

Hygiënemaatregelen

Goede hygiëne helpt om de schimmel te bestrijden:

Algemeen:

- Was je handen voor en na elke voeding, luierswissel en toiletgang;
- Was minimaal 15 seconden met water en zeep;
- Was ook de handjes van je baby;
- Gebruik niet elkaars handdoeken;
- Was kleding en spugdoeken op minimaal 60°C;
- Vervang wekelijks fopspenen, flessenspenen en tepelhoedjes tijdens periode met schimmelinfectie;

Bij borstvoeding:

- Draag elke dag een schone bh;
- Verschoon zoogcompressen als ze nat zijn en bij elke voeding;
- Kook 1 keer per dag je gebruikte kolfspullen 3 minuten uit. Was ze na elk gebruik af met afwasmiddel.

Bij flesvoeding:

- Was de speen en fles na elk gebruik af met afwasmiddel
- kook 1 keer per dag alle spullen uit die in de mond komen. Laat ze drie minuten koken;

Moedermelk

Vries tijdens spruw geen melk in, bij ontdooien kan de schimmel terug keren.

- Wil je dit toch doen? Verwarm dan eerst de melk tot 60°C voor het invriezen om de kans te verkleinen;
- Verse afgekolfde melk mag je wel geven.

Alternatieve middelen

Er bestaan ook andere middelen tegen schimmelinfecties. Deze zijn niet wetenschappelijk bewezen en worden in het ziekenhuis niet voorgeschreven. Voor meer informatie je kijken op www.borstvoeding.com.

Vragen?

Neem gerust contact op.

Lactatiekundigen

Telefoon: 0182-50 52 78

E-mail: lactatiekundige@ghz.nl

Vrouw Kind Centrum

Telefoon: 0182-50 54 65 of 50 54 45 (tijdens opname)

Afdeling Kindergeneeskunde

Telefoon: 0182-50 54 61 (tijdens opname)

Meer informatie

Kijk hier voor meer informatie over borstvoeding:

www.ghz.nl/gezinsuites

www.inzwang.nl

www.nvlborstvoeding.nl

www.borstvoeding.nl

www.borstvoeding.com

www.voedingscentrum.nl

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10

2803 HH Gouda

0182-50 50 50

www.ghz.nl

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis

i.s.m. In Zwang

productie : Marketing & Communicatie

juli 2026

04.06.162

