

Elkaars ervaringen delen



Om de affiche voor de Wereldborstvoedingsweek 2013 te maken stonden een tiental jonge mama's samen met hun kind een tweetal uurtjes voor de lens van de fotograaf die door de FOD Volksgezondheid was ingehuurd. Het was een buitengewoon gezellig moment. De jonge mama's hadden geen moeite om de slogan van dit jaar te illustreren "Borstvoeding, elkaars ervaringen delen": al na enkele minuten vertelden ze en deelden ze elkaars ervaringen. Sommigen wilden ook publiekelijk getuigen.

Allemaal zijn ze overtuigd van de voordelen van borstvoeding. Hoewel ze niet verhullen dat borstvoeding geven niet altijd gemakkelijk is, roemen ze unaniem de kwaliteit van de affectieve band die ze met hun baby hebben ontwikkeld.





Dorothee, maman van Manon

Ons verhaal begint 3 geleden met de geboorte van mijn kleine Manon. Of misschien zelfs vroeger, daar ook ik gedurende 11 maanden borstvoeding kreeg.

Het was zeker geen evidentie voor mij, ik wist alleen dat ik het zou proberen, maar hoelang ik het zou volhouden.... en kijk, het duurt nu al 3 en een half jaar... tot groot geluk van ons beidjes.

Voor haar oma was het veel evidenter en zij was dan ook mijn grootste steun en toeverlaat.

Ik heb geen enkel probleem ondervonden, behalve wat kloven de eerste week.

Zij heeft dan ook onmiddellijk zeer goed gedronken. Ik geef borstvoeding « op verzoek » en tot nu toe heeft zij nooit andere melk gewild dan die van mij.

Indien ik twee goeie tips mag geven:

Heb vertrouwen in jezelf en in je baby ; en omring je met de beste mensen en de beste adviezen.

Maar vergeet ook niet dat zoals bij een zwangerschap, elke borstvoeding anders verloopt, andere problemen oplevert en dat je niet mag stoppen bij opmerkingen als « normaal gezien... ». (ik heb nooit last gehad van stuwing, te veel melk of lekkende borsten...zoals ons werd verteld in de kraamkliniek).

Ik heb dus helemaal geen spijt van mijn keuze, Manon verkeert in een uitstekende gezondheid, ze is zeer levendig, ze heeft zelfvertrouwen en we hebben een geweldige band.

En we kiezen ervoor om de borstvoeding op een natuurlijke manier af te bouwen, wat volgens mij nog niet voor morgen is.



Rachel,

maman van Elisa (5 jaar) en Nina Bella (bijna 1 jaar)

Bij mijn twee kindjes verliep de borstvoeding totaal anders.

Eerst en vooral fysisch en vervolgens ook psychologisch.

Jammer genoeg had ik een moeilijke eerste zwangerschap waarbij ik mij al zeer vroeg bewust werd van mijn verantwoordelijkheid als moeder. Daar de gezondheid van Elisa op het spel stond, was het voor mij nog veel belangrijker om het beste van mezelf te geven voor het welzijn van mijn baby.

Het was een vroedvrouw die mij geholpen heeft ... Zij waarschuwde mij in de kraamkliniek dat het niet zomaar gemakkelijk en natuurlijk is als het lijkt, dat ik misschien problemen zou ondervinden, maar dat er steeds oplossingen kunnen gevonden worden wanneer je goed omkaderd bent. Na twee maanden verliep alles heel goed ... geen enkele reden om te stoppen ... afgezien van het oordeel van anderen.

Niemand dacht dat ik langer dan 6 maanden borstvoeding zou geven. Ik kreeg geen enkele steun om door te gaan... alle voorwendsels waren goed om mij ermee te doen stoppen: «wacht maar tot ze tandjes heeft », «na 6 maand heeft dit geen zin meer », «het is niet goed om een grote baby de borst te geven »,... ik heb het volgehouden tot ze 12 maand was, maar ik heb veel afgezien van het feit dat ik mij gedwongen heb gevoeld... Ik was niet zelfverzekerd genoeg.

Toen ik mijn tweede verwachtte verliep alles totaal anders!

Psychologisch was ik overal tegen bestand! Niemand zou mij ooit doen stoppen met borstvoeding!

Fysisch daarentegen, heb ik afgezien ... Nina Bella was niet de eerste, noch de tweede trouwens ... maar de 4de van een nieuw samengesteld gezin ... Uitputting, borstklierontsteking, candidose,... dit keer was het mijn lichaam dat mij parten speelden.

Maar in mijn hoofd was ik dermate vastbesloten dat ik de hulp heb ingeroepen van buitengewone consulenten die mij meer dan gesteund hebben. Zij hebben mij overgehaald ... Mijn man van zijn kant wist dat ik zorg droeg voor mezelf ...wat ook de doorslag gaf!

Nu zijn alle problemen achter de rug ; het was mijn bedoeling om Nina Bella 18 maanden borstvoeding te geven, misschien zelfs 2 jaar... Maar wanneer ik al deze getuigenissen hoor over liefde ...puur geluk ..., zal ik nog wel zien ... Waarom eigenlijk een limiet vooropstellen die uiteindelijk toch voor de hand zal liggen als het moment daar is.



Stephanie, maman van Nathanael

Met de komst van Nathanael 11 maand geleden begon het magnifieke avontuur dat borstvoeding immers is. Het begin was ietwat stresserend want na mijn keizersnede die eindigde onder algemene verdoving, heb ik 8u moeten wachten voor ik de baby voor het eerst kon aanleggen. Gelukkig was het medisch team fantastisch en werd alles in het werk gesteld om de borstvoeding niet in het gedrang te brengen (zoals de voeding die werd toegediend met een spuitje en niet met een zuigfles in afwachting dat ik de baby mocht aanleggen).

Van bij de eerste voeding verliep de borstvoeding op een heel serene manier, helemaal anders dan bij mijn eerstgeborene. Ik beschikte toen over geen informatie, elke groeipiek was zeer moeilijk te beheren want ik dacht dat ik geen melk meer had, mijn omgeving deed mij dit vermoeden, men zette me onder druk om flessenvoeding te gaan geven en ik zonderde mij al wenend af met mijn baby aan de borst, zogezegd om te genieten van onze laatste intieme voedingsmomenten. Gelukkig ging het 's anderendaags weer beter..

Voor Nathanael, mijn tweede kindje heb ik mij honderduit geïnformeerd. Ik ben dus voor niks meer bevreesd, noch dat ik zonder melk zal vallen, noch voor groeipieken, noch voor het hervatten van mijn werk. We hebben er alle vertrouwen in en we zullen nog een hele tijd genieten van deze magische momenten....



Geneviève, maman van Soline

Ik heb mijn eerstgeborene borstvoeding gegeven met een voltijdse werkhervatting toen ze 3 maand was en zou dit volhouden tot ze ongeveer 1 jaar was. Ik had het geluk geen problemen te hebben nadat ik mijn zelfvertrouwen had herwonnen dank zij een goede entourage en gelukkig maar, want het begin van de borstvoeding bij mijn tweede meisje van 6 maand verliep minder eenvoudig.

Het was pijnlijk en de pijn hield aan tot we 3 weken later pas ontdekten dat er sprake was van spruw! Indien dit mijn eerste ervaring met borstvoeding was geweest, had ik het waarschijnlijk opgegeven.

Momenteel zijn we goed op weg en dit keer heb ik niet echt een limiet vooropgesteld. Het is voor mij een gemakkelijksoplossing in die zin dat er helemaal geen voorbereidingen hoeven te worden getroffen en ik mij baby heel snel kan kalmeren. Maar bovenal is er dat unieke contact met je baby dat niet alleen dient om te voeden, maar ook om te liefkozen, te kalmeren en gerust te stellen...



Marie,

maman van Augustin (3 jaarf) en Adélaïde (6½ maand)

Mijn baby een tijdje borstvoeding geven was vanzelfsprekend. Gedurende langere tijd borstvoeding geven was dit minder. Niets was vooropgezet en toch...

« Ik zal 3 maanden borstvoeding geven » had ik gezegd. « Ik zal 6 maanden borstvoeding geven » had ik in gedachten ... En het avontuur duurde uiteindelijk 21 maanden.

Toen hij 4 maanden was, werd mijn zoon 2 dagen opgenomen in het ziekenhuis wegens bronchiolitis. Niks ernstigs, maar gedurende die 2 dagen bleef hij in "pauzmodus". Uiteraard had niemand mij

aangeraden om melk af te kolven om de lactatie op peil te houden, zelfs niet het pediatrisch team van het ziekenhuis. Resultaat : zo goed als geen melk meer, een hongerende baby, een verslagen en vastberaden mama. Je moet wel karakter hebben om borstvoeding te geven!

Na enkele ellendige dagen, stortte ik mij op de website van de « Leche League » en wisselde een aantal mails uit met een borstvoedingsconsulente. Het enige wat zij deed was mij geruststellen, mij steunen, naar mij luisteren en na een paar dagen flesvoeding, ben ik weer vol goede moed begonnen met borstvoeding.

Waarom zo lang borstvoeding geven ? Voor de intensieve band met het kind, dat is zeker, maar dit was niet mijn belangrijkste motivatie. Maar wel dat moedermelk perfect is voor mijn kleine en zelfs opgroeiende baby!

Mijn zoontje is nu bijna 3 jaar en hij heeft een zusje van 6 ½ maand die voordeel haalt uit deze mooie ervaring ...net als alle andere baby's uit mijn omgeving van wie de mama borstvoeding geeft !