

Bronnen en naslagwerk:

Voor de originele (Engelstalige) tekst en bronvermelding van de Wereld Borstvoedingsweek 2013 kan u terecht op de website van WABA: <http://www.waba.org>.

'Internationale gedragscode voor het op de markt brengen van vervangingsmiddelen voor moedermelk.' WGO, Genève 1981

'IBFAN, Breaking the Rules 2007: Evidence of Violations of the International Code of Marketing of Breastmilk Substitutes and Susequent Resolutions' <http://www.ibfan.org/english/codewatch/btr01/main-en.htm>

Fifty years 'Attachment theory', by Richard Bowlby; The Donals Winnicott Memorial Lecture Series UK uitg: Karnac 2004

'Global Strategy for Infant and young Child Feeding'/WHO/UNICEF: <http://www.who.int/nut/documents/gf-infant-feeding-text-eng.pdf>

Feeding and nutrition of infants and young children' ; WHO/UNICEF/EUROPE : WHO regional publications, European Series, No 87/2000

NVGP: Nationaal Voedings- en gezondheidsplan: www.mijnvoedingsplan.be

FBVC: Federaal Borstvoedingscomité: www.health.fgov.be/fbvc

Voor alle activiteiten tijdens de Wereldborstvoedingsweek 2013: www.borstvoedingnatuurlijk.be



In samenwerking met WABA

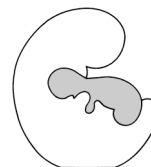
De World Alliance for Breastfeeding Action, is een wereldwijd netwerk van organisaties en individuen. WABA gelooft dat borstvoeding het recht is van alle kinderen en moeders en wijdt zich aan het beschermen, promoten en ondersteunen van dit recht en handelt volgens de Innocenti Declaration. WABA werkt nauw samen met UNICEF.



Borstvoeding vzw is lid van IBFAN

De International Baby Food Action Network is een wereldwijde coalitie van verenigingen die voor een optimale gezondheid voor kinderen nastreven door de promotie van gezonde voeding en borstvoeding.

Vu en zetel : Oude Heidestraat 78; 3511 Hasselt ; 011/75.43.05



Borstvoeding vzw

Wereldborstvoedingsweek van 1 tot en met 7 oktober 2013

Elk jaar, rond de 40ste week, wordt de **Wereldborstvoedingsweek** georganiseerd. Gedurende deze periode staat het belang van borstvoeding in verschillende landen van de wereld in de kijker. Het federaal borstvoedingscomité (FBVC) besliste enkele jaren geleden om, in België, de Wereld Borstvoedingsweek te vieren van 1 tot 7 oktober.



worldbreastfeedingweek.org

“Breastfeeding Support : Close to mothers” **“Borstvoeding, elkaars ervaringen delen”**

Op wereldvlak koos WABA (World Alliance for Breastfeeding Action) voor de wereldborstvoedingsweek (WBW) van 2013 het thema:

“Breastfeeding Support : Close to mothers”, om het belang van “peer counseling” bij borstvoeding te benadrukken. “Peer” staat voor gelijke, evenwaardige. Vandaar van moeder-tot-moeder support of ondersteuning, het aan elkaar delen van info en ervaringen.



EEN CAMPAGNE VAN



Het Federaal Borstvoedingscomité (FBC) besloot in samenspraak met het Nationaal Voedings- en Gezondheidsplan (NVGP) om dit jaar het internationale thema te volgen en opteerde voor de slogan:

“Borstvoeding, elkaars ervaringen delen”

“Allaitement maternel, échangeons nos expériences”

“Stillen, Erfahrungen teilen”

Met de slogan: **“Borstvoeding : elkaars ervaringen delen”** willen we in ons land benadrukken dat borstvoedingservaringen delen een belangrijk onderdeel is van een goede start en verder verloop van de borstvoedingsperiode.

Zelfs wanneer de borstvoedende moeders een goede start van de borstvoeding kennen, zien we al te vaak in de maanden of zelfs eerste weken na de start plots een sterke daling in de borstvoedingcijfers. Veel moeders stoppen voortijdig maar vooral het aantal “uitsluitend borstvoeding” gevende moeders daalt sterk op 3 maanden en zeker op 6 maanden. Ook dan is de nood aan steun en informatie hoog.

Volgens de statistieken van Kind & Gezin kreeg in 2012 iets meer dan 75% van de pasgeborenen in Vlaanderen de eerste 24 uur uitsluitend borstvoeding

Op dag 6 kreeg nog maar 62,9% van de geregistreerde pasgeborenen kinderen als voeding uitsluitend borstvoeding. Op een leeftijd van 12 weken blijken nog ongeveer 28% van de kinderen uitsluitend borstvoeding te krijgen, op een leeftijd van 26 weken gaat het nog maar om 7,5%. (Het kind in Vlaanderen, 2012, Kind en Gezin).

Vlaanderen blijft dus ver onder de door de WHO vooropgestelde doelstelling om baby's gedurende de eerste 6 levensmaanden uitsluitend borstvoeding te geven.

Innocenti Declaration

In 1990 zag de “Innocenti Declaration” betreffende de voeding van de baby en het jonge kind het daglicht. Deze verklaring bevestigde dat betere borstvoedingspraktijken nodig zijn om te kunnen voldoen aan één van de internationale rechten van het kind, namelijk het bereiken van een zo hoog mogelijke graad van gezondheid.

Regeringen werden opgeroepen :

- Tot het aanstellen van een nationale borstvoedingscoördinator met voldoende zeggenschap en het oprichten van een multi-sectorieel nationaal borstvoedingscomité samengesteld uit vertegenwoordigers van de betrokken ministeries en niet-gouvernementele organisaties.
- Zich ervan te verzekeren dat de instellingen die moeder-kind zorg verlenen alle ‘tien stappen voor een succesvolle borstvoeding’ toepassen, zoals bepaald door WHO/UNICEF.
- Om gevolg te geven aan alle principes en doelen van de ‘Internationale gedragscode voor het op de markt brengen van vervangingsmiddelen voor moedermelk en de daaropvolgende relevante resoluties van de “World Health Assembly”.
- Om wetten op te stellen ter bescherming van de werkende borstvoedende vrouw en middelen te voorzien om deze wetten te kunnen toepassen.



Ondersteuning in crisis of nood.

Borstvoeding speelt een belangrijke rol in noodsituaties wereldwijd.

Het is belangrijk dat borstvoedende moeders ook in noodsituaties kunnen rekenen op de steun van hun omgeving en de hulpverleners

In crisis- en noodsituaties :

- * Moet de noodzaak van een actieve bescherming en ondersteuning van de borstvoeding voor en tijdens noodsituaties benadrukt worden.
- * Moeten moeders, verdedigers van borstvoeding, gemeenschappen, gezondheidswerkers, regeringen, hulporganisaties, donoren en de media geïnformeerd worden over hoe zij borstvoeding actief kunnen ondersteunen, zowel voor als tijdens noodsituaties.
- * Moet een actie- en voedselnetwerk opgang gebracht worden evenals een samenwerking tussen diegene die vaardig zijn op gebied van borstvoeding en zij die betrokken zijn bij het reageren op noodsituaties.

Waarom?

- * Kinderen zijn de kwetsbaarste groep in noodsituaties. Het sterftecijfer bij kinderen ligt 2 tot 70 maal hoger dan normaal door diarree, ademhalingsziekten en ondervoeding.
- * Borstvoeding is een levensreddende interventie en de bescherming is het grootst voor de allerkleinsten.
- * Noodsituaties kunnen overal ter wereld voorkomen. Ze schudden het gewone leven door elkaar, zorgverleners krijgen het moeilijk om het hoofd te bieden aan de situatie en baby's worden kwetsbaar voor ziekte en dood.
- * In noodsituaties hebben moeders nood aan een actieve steun om borstvoeding te kunnen blijven geven of terug op te bouwen.
- * Voorbereid zijn op een noodsituatie is van levensbelang. Het steunen van borstvoeding in een niet-noodsituatie zal moeders sterker maken in hun mogelijkheden om het hoofd te bieden aan noodsituaties.



De vrouw centraal.

De reden om vrouwen centraal te stellen is dat de aanwezigheid van ondersteuning in eerste instantie belangrijk is voor de vrouwen. Het is belangrijk dat moeders andere moeders steunen. Dit was al duizenden jaren zo. Jonge meisjes hadden bij hun moeder, grootmoeders, tantes, buurvrouwen vriendinnen... van kleins af aan gezien hoe het moest. Door het feit dat verschillende generaties samenleefden was er altijd wel iemand die klaar stond om te helpen, te steunen of raad te geven. Kersverse moeders werden door iedereen gerespecteerd.

De verschillende generaties leven momenteel minder samen. De moeders van de kersverse moeders gaan meestal nog uitwerken, willen wel helpen maar hebben er geen tijd voor en hebben dikwijls zelf geen eigen borstvoedingservaring omdat toen zij moeder werden kunstvoeding de norm was die sterk gepromoot werd.

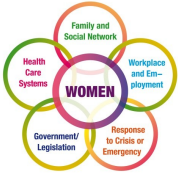
Kersverse moeders staan er dikwijls alleen voor of hebben 'het gevoel' dat ze er alleen voor staan. Ze voelen zich onzeker en hebben er geen vertrouwen in.

België scoort bovendien zeer slecht qua statistieken van depressieve moeders en kinderen.

Wereldwijd hebben vrouwen de belangrijke taak om ervaringen en ondersteuning te geven aan elkaar. In 2007 schreef WABA : Moeders worden verondersteld zowel ontvanger als geveer te zijn van ervaringen.

<http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/gims+5.htm>

De cirkel van de vijf ondersteunende groepen



Tijdens de zwangerschap of misschien reeds voorheen heeft de moeder voor zichzelf de beslissing genomen om haar kind zelf te voeden. Ze neemt die beslissing alleen of samen met haar partner. Het kan zijn dat ze zo overtuigd is dat haar kind borstvoeding geven voor haar de normaalste zaak van de wereld is maar het is ook mogelijk dat ze pas na lang aarzelen

voor zichzelf heeft uitgemaakt dat ze het gaat proberen. Haar kindje voeden met de borst is voor haar als mama een zeer unieke ervaring en bovendien een intens gebaar van onvoorwaardelijke liefde.

Voor de baby is borstvoeding van onschatbare waarde, zowel op vlak van voeding, immunologisch als psychologisch. Het is een natuurlijke cocktail van voedingsstoffen, vitamines, mineralen, antistoffen,... en heel veel liefde. Moedermelk biedt alles wat een baby nodig heeft om zich optimaal te ontwikkelen. Het is de beste en meest natuurlijke voeding voor een baby en een logisch vervolg op zwangerschap en geboorte. Tijdens de zwangerschap, bevalling en het moederschap krijgt de (toekomstige) moeder te maken met verschillende zorgverleners: borstvoedingsconsulentes, vroedvrouwen, verpleegkundigen, pediaters, gynaecologen, kraamverzorgsters, lactatiekundigen, regioverpleegkundige van K&G, kinderverzorgsters....

De begeleiding van borstvoeding is een gebeuren waarbij verschillende schakels die goed op elkaar afgestemd zijn een meerwaarde kunnen bieden, al van voor de zwangerschap tot zolang de baby gevoed wordt.

We zien het aantal professionele zorgverstrekkers die een opleiding borstvoeding genoten hebben groeien.

Op het moment dat moeders geen beroep meer kunnen doen op de reguliere gezondheidsvoorzieningen is het belangrijk dat zij zich gesteund voelen door de ganse gemeenschap. Deze steun kan van verschillende kanten komen. Onder andere via borstvoedingsorganisaties zoals Borstvoeding vzw.

Het comité bestaat uit 18 werkende en 18 plaatsvervangende leden die telkens voor een termijn van 4 jaar benoemd worden. De leden vertegenwoordigen de verschillende instanties en organisaties die betrokken zijn bij de voeding van baby's en jonge kinderen namelijk: Unicef België, organisaties ter bevordering van borstvoeding, ONE, Kind en Gezin, artsen (huisartsen, kinderartsen, gynaecologen), verpleegkundigen, vroedvrouwen, het Ministerie van Volksgezondheid, het Ministerie van Sociale Zaken en het Ministerie van Tewerkstelling en Arbeid.

Bij het oprichten van het Federaal Borstvoedingscomité kreeg het comité verschillende taken toebedeeld zoals het uitbrengen van adviezen, het evalueren van de wijze waarop in kraamklinieken en elders borstvoeding wordt ondersteund, het organiseren van het 'Baby Vriendelijk Ziekenhuis Initiatief' (BFHI), het verzamelen van statistieken, het aanmoedigen en organiseren van wetenschappelijk onderzoek, het overleg plegen met wetgevende en uitvoerende instanties.

Baby Friendly Hospital Initiative

Dankzij de werkgroep Babyfriendly Hospital Initiative (BFHI) van het FBVC en de financiële steun van het ministerie evenals de inzet van allen die betrokken zijn bij het project telt België nu 23 gecertificeerde ziekenhuizen.

Buiten de gecertificeerde ziekenhuizen zijn er ook nog eens een aantal ziekenhuizen die zich geëngageerd hebben om hun personeel opleidingen te geven met als doel de kennis te ontwikkelen of bij te werken van de vroedvrouwen, verpleegkundigen, artsen (pediaters, gynaecologen, anesthesisten...), zorgkundigen, kinderverzorgsters... op het gebied van borstvoeding en ontwikkelingszorg.



De borstvoedende moeder verdient het dat haar werkomgeving positief staat tegenover het feit dat ze haar kind zelf blijft voeden. Hoe meer moeders beroep doen op hun recht op borstvoedingspauzes hoe normaler dit wordt en hoe meer moeders kunnen profiteren van de ervaring van de anderen.

De brochure 'Wegwijs in werk en ouderschap' biedt een overzicht van de beschermingsmaatregelen voor werknemers en werknemers bij zwangerschap of adoptie. Ze behandelt eveneens de verlopen waar toekomstige ouders beroep op kunnen doen.

De brochure is te vinden via www.werk.belgie.be



Overheid.

Het Federaal Borstvoedingscomité

Borstvoeding en moedermelk zijn de standaardnorm voor de voeding van baby's en jonge kinderen. Wetenschappelijk onderzoek laat daar geen twijfel over bestaan. De voeding van een baby moet dan ook beschouwd worden als een volksgezondheidskwestie. Om die reden moet borstvoeding ondersteund, beschermd en gepromoot worden. De Belgische overheid heeft die redenering gevolgd in de wet van 29 april 1999 waarbij de oprichting van het Federaal Borstvoedingscomité door het ministerie van sociale zaken, volksgezondheid en leefmilieu, onder de bevoegdheid van toenmalig minister Magda Aelvoet, mogelijk werd. De eerste officiële installatie van het Federaal Borstvoedingscomité had plaats op 24 oktober 2001.

Borstvoedingsorganisaties zijn verenigingen van moeders die zelf borstvoeding gegeven hebben en die andere moeders willen helpen om succesvol borstvoeding te geven.

Borstvoeding vzw

In 1981 richtten enkele borstvoedende moeders, die op zoek waren naar steun en informatie over borstvoeding en deze niet vonden, de vereniging 'Borstvoeding vzw' op.

Zij wilden hun ervaringen en kennis delen met andere borstvoedende moeders via gratis telefonische hulpverlening en infosessies.

De telefonische hulp en de infosessies werden verzekerd door 'contactmoeders', die buiten hun eigen ervaring als borstvoedende moeder nog een bijkomende opleiding over borstvoeding hadden genoten. Anno 2013 wordt de telefonische hulpverlening aangevuld met mailverkeer en sociale media.



Jaarlijks werd er een scholingsdag voor de contactmoeders georganiseerd.

De infosessies (met informatie verstrekking als hoofddoel en uitwisselen van ervaringen als nevendoeel) werden uitgebreid met moedergroepen, bijeenkomsten van zwangeren en borstvoedende moeders (partners en grootmoeders zijn ook welkom) met als hoofddoel het delen van elkaars ervaringen. De contactmoeders heten vandaag borstvoedingsconsulenten, de 'scholingsdagen' werden 'studiedagen' die ook de professionele hulpverlener wil bereiken. Borstvoeding vzw organiseert ook de 'Basis cursus borstvoeding voor de zorgverlener'. Meer informatie over de 20-uren cursus kan verkregen worden via secretariaat.

Toekomstige ouders kunnen ons ook terugvinden op verschillende babybeurzen.

Data en plaatsten staan op onze site (www.borstvoedingvzw.be)



Sinds kort kunnen borstvoedende (en eventueel kunstvoedende) moeders terecht op verschillende festivals in de stand van Borstvoeding vzw om hun baby te verluieren, te voeden en een babbeltje te slaan.

Enkele enthousiaste borstvoedingsconsulentes staan er klaar om de moeders met raad en daad bij te staan.

Omdat mijn kindje graag gedragen werd, ging ik op zoek naar een infonamiddag en kwam zo uit in Heist o/d Berg. Daar ging zo'n infomoment door, maar bovenal bleek het daar vooral elke maand Mammacafé te zijn en was dit infomoment iets eenmalig. Ik ging de maand erna weer langs om de sfeer eens op te snuiven en ben er vanaf toen iedere maand naartoe getrokken met mijn kleine baby. Als ik weer ging werken, probeerde ik zelfs mijn recupdag zo te regelen, dat ik toch kon gaan. De sfeer is er heel open en je kan er met gelijkgestemde mama's leuke gesprekken voeren, terwijl je kindje speelt met het aanwezige speelgoed of samen speelt met de andere kinderen.



Werk

Hoe langer de periode tussen de geboorte en de terugkeer naar het werk, hoe beter voor de moeder, de baby en de borstvoeding.

Uit werken gaan en borstvoeding geven is niet altijd een gemakkelijke combinatie.



Misschien kan de terugkeer naar het werk nog wat uitgesteld worden door bijvoorbeeld de wettelijke moederschapsrust te verlengen door middel van het nemen van vakantiedagen, borstvoedings- of ouderschapsverlof.

Of misschien bestaat de mogelijkheid om het werk gedurende een half jaar te onderbreken of om deeltijds te werken.

Eenmaal de moeder terug aan de slag gaat, kan ze moedermelk blijven geven door tijdens de wettelijke borstvoedingspauzes bij afwezigheid van de baby de moedermelk af te kolven of door de baby of het kleine kind zelf te gaan voeden.



Doula

Het woord doula komt uit het Grieks en betekent letterlijk 'dienende vrouw'. Een doula kan het best omschreven worden als bevallingscoach. Het is een ervaren en opgeleide vrouw die aanstaande ouders op een niet-medische manier ondersteunt tijdens de zwangerschap en de bevalling. Ze is niet emotioneel betrokken bij de geboorte, en kan daardoor de bevallende mama en haar partner mentaal en fysiek optimaal ondersteunen.



Ondersteuning bij een bevalling is eeuwenoud, van alle tijden en alle culturen. Een vrouw tijdens de arbeid die zich ondersteund voelt, brengt het er meestal beter van af... De aanwezigheid van een ervaren, zorgzame vrouw biedt steun aan de moeder in arbeid en haar partner die zich daardoor veilig voelen.

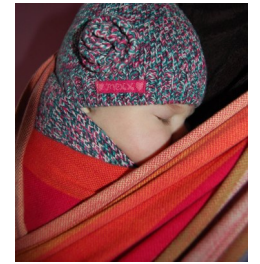
Een doula is er speciaal voor de vrouw en haar partner. Zij biedt emotionele ondersteuning tijdens de bijzondere, spannende en vermoeiende uren rondom de geboorte van hun kind. De doula kan ook fysieke steun geven, ze creëert een comfort-zone rondom het koppel heen, door bij te staan waar nodig. Al betekent dat soms ook enkel op de achtergrond aanwezig te zijn. Ze komt wanneer het koppel haar nodig heeft en blijft tot de baby is geboren. De doula-begeleiding is een aanvulling op de medische zorg. De nadruk ligt op het geruststellen, aanmoedigen, fysiek contact en comfort bieden aan de aanstaande ouders.

Op de website van de Vlaamse Federatie van Doula's vind je alle doula's in Vlaanderen. www.doulasite.be

Door de gesprekjes die je er kan voeren met andere mama's, kan je ook ervaringen uitwisselen en elkaar wat tips geven omtrent borstvoeding, opvoeding en andere dingen.

In Heist o/d Berg zijn er in het Mamacafé ook consulentes aanwezig van borstvoeding vzw. Omdat ik zelf nogal wat problemen gehad heb in de eerste maanden met de borstvoeding heb ik aan hun hulp veel gehad en begon het te kriebelen om zelf ook iets te kunnen betekenen voor andere mama's die wel wat hulp of een duwtje in de rug konden gebruiken. Zo ben ik aan de opleiding begonnen. Ik hoop dan ook in de toekomst een hulp te kunnen zijn voor andere mama's als die vragen hebben of hulp nodig hebben ivm borstvoeding.

Als consulente ken je ook de weg naar meer gespecialiseerde hulp, indien een vraag of probleem niet zo voor de hand liggend is. Op die manier kan je mama's op tijd doorverwijzen naar betrouwbare hulp en kunnen ze daardoor vaak langer doorgaan met het geven van borstvoeding op een aangename manier.



Evelien

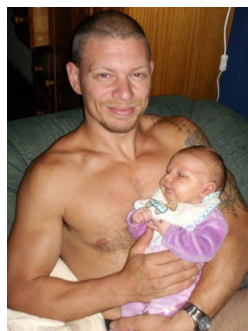


Familie en sociaal netwerk.

De steun van de partner aan de mama zorgt er ook voor dat de borstvoeding goed verloopt. De moeder weet zich gesteund, is daardoor ook rustiger en dat is niet alleen positief voor de borstvoeding maar het heeft ook een positieve invloed op de sociale en emotionele ontwikkeling van het kind.

Studies tonen aan dat de vader een positieve invloed uitoefent wanneer hij kennis heeft opgedaan over borstvoeding. Bij koppels die samen les volgden zien we dat de borstvoedingsperiode langer duurt dan bij koppels waar de partner niet achter de keuze van borstvoeding staat.

De invloed van de vader op het welslagen van borstvoeding hangt af van de tijd die hij extra investeert in het huishouden. Wanneer de vader 's nachts opstaat heeft ook dit een positieve invloed op de duur van de borstvoeding. Bij deze kunnen we besluiten dat vaders een belangrijke rol spelen in de keuze van voeding en de duur van de borstvoeding.



Daarom moeten we vaders inlichten over borstvoeding, moeten we vaders betrekken bij de begeleiding van borstvoeding.

Via sociale contacten buiten het gezin, in het park, aan de school, facebook, internetforums... krijgt de moeder allerhande tips, ervaringsverhalen mee. Deze kunnen helpen om de eigen borstvoedingsperiode succesvol te laten verlopen.



Reeds tijdens de zwangerschap gaan moeders die borstvoeding wensen te geven op zoek naar bruikbare informatie.

Sinds enkele jaren kent het aanbod aan informatie een explosie.

Via internet kan de zwangere zoveel informatie vinden dat ze nooit in staat zal zijn deze allemaal te lezen.

Niet alle informatie is er trouwens even betrouwbaar of correct.

Kind en Gezin



Kind en Gezin begeleidt kersverse ouders bij hun eerste stappen in het ouderschap. Zij staan de ouders gratis bij met raad en daad en zijn een vaste steun voor informatie, advies en hulp. Begeleiding en informatie rond het geven van borstvoeding hoort hier vanzelfsprekend bij.

Kind en Gezin beschikt over diverse werkvormen om dit alles te bereiken:

Gezinsbezoeken

Kort na het ontslag uit de kraamkliniek komt een regioverpleegkundige van Kind en Gezin bij vrijwel elk gezin thuis. Tijdens deze bezoeken is er ruimte voor allerlei vragen i.v.m. borstvoeding. De regioverpleegkundigen werken vooral vanuit een preventieve aanpak gericht op het kind en zijn gezin.

Consultatiebureaus

Op 337 plaatsen in Vlaanderen kunnen gezinnen met jonge kinderen terecht bij een team van deskundigen voor een sociaalverpleegkundig en medisch consult. De verpleegkundige en de arts onderzoeken en vaccineren de kinderen gratis en geven praktische adviezen. Ook hier kan extra borstvoedingsbegeleiding aan bod komen.

www.kindengezin.be

De lactatiekundige

Een lactatiekundige is een professionele hulpverlener die gespecialiseerd is in borstvoeding/lactatiemanagement. De lactatiekundige kan tewerk gesteld zijn in verschillende werkomgevingen zoals ziekenhuizen, individuele of groepspraktijken, geboortehuizen, Expertisecentra Kraamzorg, Kind en Gezin, ...

Een lactatiekundige begeleidt toekomstige en nieuwe moeders bij het geven van borstvoeding. In omstandigheden waarbij ondanks hulp en advies van andere hulpverleners problemen ontstaan rondom het geven van borstvoeding kan een lactatiekundige met haar specialistische kennis hulp bieden.

Lactatiekundigen zijn speciaal opgeleid om borstvoedingssituaties te beoordelen. Ze geven advies en begeleiden moeders bij probleemsituaties rondom de borstvoeding.

Info: Belgische Vereniging van Lactatiekundigen vzw: www.bvl-borstvoeding.be

De kraamverzorgende

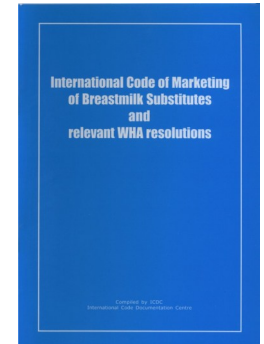
Opgeleide kraamverzorgenden verlenen verzorging aan moeder en baby, huishoudelijke hulp, opvang van andere kinderen en geven praktische informatie. Zij zorgen voor rust van de kraamvrouw en vooral voor een onvergetelijke kraamtijd.

Kraamverzorgenden zijn opgeleid om samen met de vroedvrouw of de arts de borstvoeding mee te ondersteunen en te begeleiden.

Kraamzorg kan aangevraagd worden bij diensten voor gezinszorg die kraamzorg bieden.

Meer informatie over diensten voor gezinshulp die kraamzorg bieden is te vinden bij de 6 expertisecentra kraamzorg die Vlaanderen rijk is: www.expertisecentrakraamzorg.be.

Ook producenten van kunstmatige zuigelingenvoeding proberen zwangeren, pasbevallen moeders en hun omgeving te benaderen voor informatieverstrekking ivm de voeding van de baby en het jonge kind, hetgeen in strijd is met de 'internationale code voor het op de markt brengen van vervangingsmiddelen voor moedermelk'.



Tijdens één van de infobijeenkomsten over borstvoeding die ik hier organiseer kwam de sociaal assistente van de gemeente even kennismaken. Zij vertelde dat er een Peuterspeelpunt zou opgestart worden in de gemeente. Elke vrijdagochtend werden ouders, grootouders of de babysit met een zuigeling of peuter uitgenodigd om bij elkaar te komen in de lokalen van de Kinderclub. De volwassenen konden dan gezellig met elkaar keuvelen bij een kop koffie of thee met koekjes. En de kindjes kregen speelgoed à volonté, naast een samen-eetmoment met sap en koekjes. Het was in de eerste plaats de bedoeling dat de kinderen hun wereld zouden verruimen met nieuw speelgoed en kameraadjes. Tegelijkertijd wilde het OCMW ook proberen om kansarme ouders uit hun isolement te halen en over te halen kennis te maken met de andere jonge ouders in hun gemeente. De sociaal assistente vroeg of ik geen zin had om als medewerkster van Borstvoeding vzw aan te sluiten bij dit project.

Natuurlijk zei ik "Ja!"

De eerste bijeenkomst was een succes! En dat is het gebleven. Het is een mooie mix van mensen die ik elke vrijdagochtend ontmoet: jong, oud, arm, rijk, blank, zwart, alternatief, traditioneel, Nederlands, anderstalig... Ze zijn soms erg verschillend in achtergrond en opvattingen, maar de liefde voor hun kinderen hebben ze gemeenschappelijk. Dat schept automatisch een band die de verschillen doet vergeten! Voor sommigen onder hen is die vrijdagvoormiddag een vaste prik in hun agenda geworden. Anderen komen eens om de zoveel weken eens bijpraten.

Over borstvoeding werd er de eerste maanden niet veel gesproken. Het merendeel van de ouders gaf kunstvoeding. Pas toen de eerste moeder in de groep opnieuw zwanger werd, kwam het onderwerp ter sprake. Bij een kop koffie en een koekje was het makkelijk om op een luchtige manier fabels en vooroordelen over borstvoeding uit de wereld helpen. De vrouwen in de groep deelden hun geboorteverhalen, zowel de mama's als de oma's. Sommigen vertelden spontaan hun eerdere borstvoedingservaringen. En vroegen me hoe ze het bij een volgend kindje anders moesten gaan aanpakken. Omdat ze me elke vrijdag terugzagen in het Peuterspeelpunt en me doordeweeks ook weleens tegenkwamen bij de bakker of in de supermarkt, was de drempel voor die kleine tussen-de-koffie-en-de-koek-gesprekjes vrij laag. En dat is precies wat het project ook beoogt: drempelverlaging.

Tegelijkertijd heb ikzelf ook heel wat aan die vrijdagochtenden! Ik ontmoet er prachtige mensen die ik anders misschien gewoon voorbij zou lopen op straat.

Katrien



Gezondheidswerkers.

Gezondheidswerkers vertegenwoordigen een aanzienlijke groep in de begeleiding van de zwangere, barende vrouw en de borstvoedende moeder.

Het is belangrijk dat alle gezondheidswerkers oog hebben voor de noden van de borstvoedende moeder en naar haar wensen en verzuchtingen willen luisteren. Voldoende bijscholing en het uitwisselen van ervaringen ivm met borstvoeding tussen de verschillende beroepsgroepen onderling komt de borstvoeding ten goede.

Stilaan wordt onze hedendaagse maatschappij en ook de professionele hulpverlener zich bewust van het belang van borstvoeding.

De vroedvrouw

Wanneer we praten over zwangerschap en bevalling en borstvoeding komt vroeg of laat de vroedvrouw aan bod. Sommige vrouwen ontmoeten de vroedvrouw pas als ze in het ziekenhuis opgenomen worden voor de begeleiding van de arbeid en de bevalling. Andere mama's in spé ontdekken de zorgzame diensten van de vroedvrouw reeds vroeg in hun zwangerschap en laten zich door haar (of hem) begeleiden tot aan de bevalling (en daarna). Meer en meer moeders kunnen na het verlaten van het ziekenhuis beroep doen op een zelfstandige vroedvrouw die haar met de nodige kennis over borstvoeding kan bijstaan.

Op welk moment de (toekomstige) moeder ook in contact komt met de vroedvrouw, de vroedvrouw kan ontzettend veel voor haar betekenen in deze bijzondere fase van haar leven.

Lijst zelfstandige vroedvrouwen is te vinden op: www.vlov.be

