

Het gebruik van een fopspeen: ja of nee?

“Mag ik mijn kindje een fopspeen geven?” Dit is een vraag die regelmatig gesteld wordt. In dit artikel geven we informatie over het gebruik van de fopspeen.

Er zijn aanwijzingen dat kinderen die borstvoeding krijgen en daarnaast een speen gebruiken in de periode dat de borstvoeding nog op gang moet komen, moeite hebben om de verschillende manieren van zuigen afwisselend toe te passen. Dit wordt vaak **zuigverwarring** genoemd. Het zuigen aan een fopspeen is immers anders dan het drinken aan de borst. De speen is hard, vorgevormd en van een stevig materiaal gemaakt. Terwijl de borst zacht en vormbaar is. Voor de borst moet de baby zijn mond wijd open doen zodat de tepel ver achter in de mond komt te liggen. Voor de speen hoeft hij zijn mond niet wijd open te doen en deze ligt voorin zijn mond. Aanhappen doet de baby aan de borst zelf, terwijl de speen bij de baby in de mond gestopt wordt. De spieren in en rondom de mond maken andere bewegingen bij het zuigen aan de speen dan bij het drinken aan de borst. Door deze wisseling van zuigen zou een baby **minder effectief aan de borst drinken**. Zuigverwarring is niet wetenschappelijk aangetoond, maar ervaring in de praktijk maakt het bestaan ervan wel aannemelijk. Troosten met de fopspeen leidt dikwijls tot **het missen van voedingssignalen**. Als baby's minder vaak en minder effectief aan de borst drinken doordat ze ook een fopspeen gebruiken, kan dat bovendien **tepelproblemen** en een **verminderde melkproductie** tot gevolg hebben. Daarnaast zijn er zijn aanwijzingen dat fopspeengebruikers een verhoogd risico lopen op spruw.

Als een baby aan de borst drinkt, gebruikt hij zijn tong om de melk uit de borst te melken. De slikbeweging is een logisch gevolg van deze tongbeweging. Tijdens het drinken aan de fles gebruiken baby's hun tong vaak om de melkstroom wat af te remmen: ze duwen met hun tong de speen een beetje dicht of krullen zelfs hun tong op om de melkstroom tegen te houden. Een baby met tepel-speenverwarring houdt vaak de tong verkeerd in de mond. Dit heeft als gevolg dat de tepel tegen het voorste gehemelte wordt gedrukt en dat kan tepelkloven tot gevolg hebben.

De melkstroom uit een fles is meestal vrij snel en constant. Als een baby dat gewend is, gaat hij meestal aan de borst protesteren wanneer de melk minder hard gaat stromen. Het kindje laat dan los en strekt zich en zou de borst kunnen gaan weigeren.



De tijd die een baby op een fopspeen zuigt, gaat vaak ten koste van de tijd die een baby aan de borst zou moeten drinken. De borsten worden zo minder gestimuleerd om melk aan te maken waardoor de melkproductie afneemt. Dit kan bijvoorbeeld gebeuren als een baby een fopspeen krijgt om zo de voedingen uit te stellen. Maar het kan ook doordat een baby na een vastgestelde tijd van de borst wordt gehaald en een fopspeen krijgt. De zuigbehoefte van baby's is essentieel en zorgt ervoor dat ze de voeding krijgen die ze nodig hebben. Tegelijkertijd geeft zuigen een baby troost. Het gestage zuigritme, de concentratie die hiervoor nodig is en de plezierige stimulatie van zenuwuiteinden in de mond helpen de baby rust te vinden in de grote wereld.

Sommige baby's willen de eerste dagen bijna continu aan de borst. Dat is niet voor niets: ze worden beloond met colostrum en binnen een paar dagen met volop moedermelk. Als een baby net zo vaak aan de borst mag als hij wil, hoeft hij daarom in ieder geval niet te huilen. Dit heeft weer psychologische en emotionele voordelen. Om de baby zo veel en zo vaak mogelijk de borst te kunnen geven, is het wel noodzakelijk dat moeder en baby bij elkaar zijn. Scheiding van moeder en kind na de geboorte werkt speengebruik in de hand. Als je baby goed is aangelegd, kan hij net zo lang aan de borst drinken als hij wil zonder dat de moeder pijnlijke tepels krijgt. Let daarbij wel op het effectief drinkgedrag van de baby. Het sabbelen aan de borst werkt namelijk tepelkloven in de hand.

Wanneer de baby ouder wordt, wil hij misschien aan de borst blijven ondanks een vol buikje. Dat is normaal. De baby wil niet alleen drinken bij zijn moeder, maar ook gewoon dichtbij haar zijn. Bovendien zijn de laatste druppels melk die de baby aan het einde van een voeding drinkt heel vet en verzadigend. Er is dus niets mis mee als de baby al zijn zuigbehoefte aan de borst bevredigd. In tegendeel: het is eigenlijk een heel normaal en natuurlijk patroon van de baby.

Verslavend

Een andere bijkomstigheid is dat een fopspeen 'verslavend' kan werken. Wanneer een speen te vaak wordt gebruikt, kan dit problemen veroorzaken. Niet alleen voor de borstvoeding, maar ook voor de ontwikkeling van de spraak, de stand van de kaken en de ontwikkeling van de mondspieren. Als je merkt dat de baby anders is gaan drinken sinds er een speen is gebruikt, overweeg dan om deze weer weg te laten.

Verminderd risico wiegendood

Fopspeengebruik wordt in verband gebracht met een verminderd risico op wiegendood. Dit zou kunnen worden verklaard uit het feit dat baby's die zuigen, minder diep slapen. Een fopspeen is echter een vervanger van de moederborst. Daarom is het beter te zeggen dat drinken aan de borst in verband wordt gebracht met een verminderd risico op wiegendood. Als je baby 's nachts dichtbij je slaapt op dezelfde kamer en regelmatig mag drinken, is er dus helemaal geen fopspeen nodig om het risico op wiegendood te verkleinen.