

Spruw en Candidiasis

Spruw is een schimmelinfectie in de mond. Het komt veel voor bij baby's en jonge kinderen. Soms gaat het gepaard met hardnekkige luieruitslag. Borstvoedende moeders kunnen deze schimmelinfectie ook krijgen. Dit heet 'candidiasis' en kan voorkomen op de tepel en tepelhof. Bij sommige moeders kan het ook pijnklachten in de borst geven.

Spruw en candidiasis worden veroorzaakt door de gist *Candida Albicans*. Dit is een gist die van nature voorkomt in de darmflora, op de slijmvliezen en op de huid. Meestal dragen moeder en kind beide de gist bij zich, hoewel niet beiden klachten hoeven te hebben. Pas bij een verstoord evenwicht van de darm- of huidflora zal candidiasis optreden. Omdat moeder en baby elkaar via de borstvoeding steeds weer kunnen besmetten, is het belangrijk dat ze gelijktijdig behandeld worden.

Hoe herken je spruw?

Als de gist in witte plakken in de mond voorkomt, wordt dit 'spruw' genoemd. Een baby met spruw heeft meestal een of meerdere van onderstaande symptomen:

- Witte plekjes die niet weg te vegen zijn binnen in het mondje, op de binnenzijde van de wangen, de tong of de lippen
- Witte, kwarkachtige laag op de tong, die niet weg te vegen is
- Witte of parelmoerachtige glans op het speeksel of de binnenkant van de lippen.
- Luieruitslag, meestal vurig rood, scherp begrensd en hardnekkig
- Huiduitslag op vochtige, warme plekken zoals onder de oksels, in de liezen en in huidplooien
- De baby drinkt onrustig, laat herhaaldelijk de borst los of weigert zelfs de borst
- De baby maakt een klakkend geluid tijdens het drinken.



Hoe herken je Candidiasis?

Als de gist binnendringt in slijmvliezen en/of huid, wordt dit 'candidiasis' genoemd. Candidiasis bij een voedende moeder kan zich op verschillende plaatsen openbaren, onder andere op de tepel en tepelhof, in de borst en in en om de vagina. Ze kan last hebben van één of meer van onderstaande symptomen.

- Stekende pijn aan de tepel of in de borst tijdens het voeden, die niet verbetert als de baby goed aan de borst gaat!
- Stekende pijn aan de tepel of in de borst *tijdens* en *tussen* de voedingen, na een periode van probleemloos voeden.

- Jeukende of brandende tepels die er rozer of roder dan normaal uitzien, glimmen of opgezet zijn, soms met witte puntjes of schilfertjes.
- Jeukende borsten
- Tepelkloven; een nieuwe kloof of een reeds bestaande kloof die niet wil genezen
- Aanraking van kleding aan de tepel niet kunnen verdragen
- Pijn aan de tepel of in de borst bij het correct gebruik van een kolf
- Een vaginale schimmelinfectie.

De moeder kan Candida bij zich dragen zonder zichtbare of duidelijk voelbare symptomen. In een vroeg stadium van candidiasis kan de pijn of jeuk niet meer zijn dan een vaag gevoel van ongemak bij de moeder.

Andere problemen

De beschrijving van pijn bij de moeder en het gedrag bij de baby kan aanleiding zijn om de diagnose 'spruw' te stellen.

Echter genoemde symptomen kunnen ook een andere oorzaak hebben. Zo kan pijn in de borst veroorzaakt worden door verstopte melkgangen, pijn aan de tepels door vaatkramp, of verkeerd aanleggen. Pijnlijke kapotte tepels en een onrustig drinkend kind kunnen de oorzaak zijn van verkeerd aanleggen en eczeem kan een schilferige rode huid van de tepel(hof) geven.

Wanneer er twijfel is over de oorzaak van pijn aan de borst/tepel, overleg dan zo snel mogelijk met een lactatiekundige. Een gerichte anamnese en passende behandeling voorkomen veel pijn en stress bij de moeder en bevorderen een langere en plezierige borstvoedingsperiode voor moeder en kind!



Omstandigheden die spruw en candidiasis kunnen bevorderen

Baby's hebben nog weinig weerstand tegen infecties. Daarom lopen ze ook meer kans om spruw te krijgen. Daarnaast is er een verhoogde kans op spruw als:

- De baby dysmatuur, prematuur of ziek is.
- De baby overgevoelig is voor bepaalde voedingsstoffen (zoals koemelkeiwit)
- De moeder van de baby een vaginale schimmelinfectie heeft tijdens de bevalling: de baby kan via het geboortekanaal besmet worden
- De baby veel in contact is met mensen die een candida-infectie hebben.

Omstandigheden bij de moeder die het risico van een candida-infectie vergroten zijn:

- Langdurige verminderde weerstand als gevolg van ziekte of stress
- Gebruik van antibiotica (wordt regelmatig gebruikt bij een sectio)

- Veranderde hormonale huishouding, bijvoorbeeld bij zwangerschap, bevalling of menstruatie
- Gebruik van corticosteroiden bijvoorbeeld bij astma
- Eerdere vaginale schimmelinfectie
- Tepelkloven; zij kunnen een weg zijn voor de schimmel vanuit het mondje van de baby naar de diepere huidweefsels van de borst.
- Voeding rijk aan suikers of een moeder met diabetes
- Overgevoeligheid voor bepaalde voedingsmiddelen, bijvoorbeeld koemelkeiwit
- Tekort aan ijzer, foliumzuur en vitamine A, B, C en K
- Wassen met (anti-bacteriële) zeep waardoor de natuurlijke bescherming van de huid wordt aangetast. Om de huid van tepel en tepelhof in goede conditie te houden is het wassen met warm water en voorzichtig drogen voldoende. De tepel en tepelhof worden ontsmet door een afscheiding uit de kliertjes van Montgomery(aanwezig op de tepelhof). Gebruik van zeep kan het natuurlijke evenwicht aantasten en de kans op candida-infectie vergroten.

De behandeling

De volgende antischimmel middelen worden vaak voorgeschreven bij spruw en candidiasis. Deze middelen kunnen tijdens de borstvoedingsperiode gebruikt worden.

Voor in het mondje van de baby:

Nystatine orale suspensie of Miconazolnitraat (Daktarin is de merknaam) orale gel; deze gel mag niet worden voorgeschreven aan baby's tot 3 maanden in verband met verstikkingsgevaar.

Vaak wordt er als aangegeven dosis 4 keer per 24 uur voorgeschreven. Verdeel deze dosis in kleinere porties en behandel bij voorkeur na iedere voeding (of 8 keer per 24 uur). Schimmels vermeerderen zich zeer snel, wat met 4 behandelingen per etmaal niet kan worden bijgehouden.

Voor op de tepel/tepelhof(indien nodig):

Nystatine of miconazol crème. Dit kan ook op de billetjes van de baby gebruikt worden bij luierslag. Ook hier geldt behandel minimaal 8 keer per 24 uur en breng het middel dun aan. Als er nog resten crème op de tepel(hof) zitten als de moeder gaat voeden, moeten deze eerst verwijderd worden.

De behandeling met Nystatine of Miconazol na de voeding toepassen en voortzetten tot 1 week nadat de symptomen bij zowel moeder als kind verdwenen zijn.

Nystatine is vaak minder goed werkzaam omdat de schimmel nogal eens resistent wordt.

Gentiaanviolet

Dit middel wordt minder vaak gebruikt. Het is een paarse inkt met een sterke anti-bacteriële en anti-schimmel werking. Het middel moet zeer zorgvuldig worden toegepast. Voor gebruik in de mond van de baby en op de borst wordt een 0,5% - 1% oplossing in water gebruikt. Gedurende 3-7 dagen 1 tot 2 maal daags de borst van de moeder en de mond van de baby behandelen. Meestal verdwijnen de symptomen na een á twee dagen. De behandeling kan dan na de derde of vierde dag worden gestopt.



Fluconazole

Fluconazole capsules wordt meestal voorgeschreven bij hardnekkige spruw en candidiasis, als andere middelen niet effectief zijn gebleken. Of bij candida die in het lichaam zit, bijvoorbeeld in de melkgangen in de borst. Fluconazol capsules zijn uitsluitend voor de moeder. Meestal wordt gestart met een hoge aanvangsdosis die in de twee weken daarna wordt verminderd.

Preventieve en ondersteunende maatregelen

Wanneer de moeder voldoende en gevarieerde voeding met veel groenten en fruit en voldoende rust neemt, zal dit haar weerstand tegen ziekte en schimmelinfectie verhogen. Ook zijn er aanwijzingen dat een eetpatroon dat niet teveel geraffineerde suikers bevat en het gebruik van probiotica de weerstand tegen Candida-infectie verhoogt.

Als moeder antibiotica moet gebruiken is het ook aan te bevelen om gelijktijdig probiotica te gaan gebruiken, om de groei van gezonde bacteriën in de darmen te stimuleren.

Hygiëne

Een candida-infectie kan heel makkelijk op andere gezinsleden worden overgedragen. Hoewel een uitbraak van een schimmelinfectie niet altijd te voorkomen is, kan verspreiding binnen het gezin wel beperkt worden. Alle gezinsleden die mogelijk besmet zijn, worden tegelijkertijd behandeld, terwijl hygiënische maatregelen herbesmetting voorkomen:

- Houd tepels en borsten, het gebied rond de vagina en baby's billetjes droog. Licht en lucht bevorderen de genezing
- Draag bij voorkeur katoenen slip, BH en zoogcompressen en was deze dagelijks op 60 of het liefst 90 graden.
- Zoogcompressen na iedere voeding verschonon
- Dagelijks steriliseren (20 minuten uitkoken) van alles wat in contact komt met baby's mond (speen, tepelhoedje, speelgoed) en moeder borst (tepelbeschermers, tepelhoedjes, losse delen van een kolf). En door de dag heen regelmatig afwassen in heet sop. Materialen die niet uitgekookt kunnen worden, afwassen in zo heet mogelijk sop en goed spoelen.
- Let op dat de baby geen voorwerpen in de mond neemt, die een ander kind ook in de mond had. En de baby niet op de vinger van derden laten zuigen. Afgekolfde melk binnen 1-2 dagen gebruiken en niet invriezen in verband met het risico op herbesmetting. Door verhitting (de melk tegen het kookpunt brengen)

- kan de schimmel gedood worden, er gaan dan ook andere levende stoffen in de melk verloren. Toch is dit een betere optie dan veel melk weg te moeten gooien.
- De tepel/tepelhof kan gereinigd worden met een water-azijnoplossing (1 lepel azijn in 1 kopje water).
 - Voor mensen die erg gevoelig zijn voor schimmelinfecties kan het nodig zijn om dieet maatregelen te nemen. Door het vermijden van enkelvoudige suikers (suiker, honing), gisten en schimmels (bier, gistbrood, schimmelkaas), alcohol en melkproducten. Geadviseerd wordt om dit in overleg met een diëtist te doen.

Niet alle artsen zijn vertrouwd met de symptomen en de juiste behandeling van spruw en candidiasis. Omdat een candida infectie heel hardnekkig kan zijn, is een juiste behandeling van moeder en kind erg belangrijk. Twijfel je als kraamverzorgende of de behandeling juist is, raadpleeg dan de onderstaande literatuur of bel/mail met de lactatiekundige van RST Zorgverleners!

Literatuur:

- folder 'Spruw en candidiasis', uitgave van Borstvoedingsorganisatie La Leche League, 2011/019
- informatieblad spruw en candidiasis van de borst, uitgave van Vereniging Borstvoeding Natuurlijk, juni 2005 (www.borstvoedingnatuurlijk.nl)
- Breastfeeding and Human Lactation, Jan Riordan and Karen Wambach, fourth edition
- www.eurolac.net artikelen>borstvoeding begeleiding> spruw
- www.borstvoeding.com/problemen/spruwcandida/protocol.html
- Foto's van www.borstvoeding.com