

Informatie voor ouders na het knippen van tong- en/of lipriem

Het knippen van tong- en/of lipriem

Je ondervindt/ondervond problemen bij het geven van borstvoeding en er is goede uitleg gegeven door een lactatiekundige over het aanleggen van de baby en over effectief drinken. Er werd een strakke tong- en/of lipriem geconstateerd en er is besloten om de tong- en/of lipriem te laten knippen.

Belangrijk voor de ingreep

Een zeldzame complicatie na het knippen is een nabloeding. Het is daarom van belang vooraf te melden of er bijzonderheden voorkomen in jullie families en/of bij jullie zelf zoals:

- overmatige littekenvorming
- bloedstollingproblemen
- geen vitamine K toediening aan de baby tijdens eerste drie maanden.

Belangrijk na de ingreep

Enkele druppels bloedverlies is geen probleem. Bij meer bloedverlies of bij twijfel over het bloedverlies raden we aan contact op te nemen met de behandelaar.¹

Een andere complicatie kan een infectie zijn. Neem bij twijfel contact op met de zorgverlener die heeft geknipt.

Als je vragen hebt, aarzel dan niet om je lactatiekundige te raadplegen.

Begeleiding door een lactatiekundige

Begeleiding door een lactatiekundige is in de meeste gevallen gewenst na het knippen van een tong- en/of lipriem om je te begeleiden in het op de juiste manier leren aanleggen en drinken.

Als er na het knippen langer dan verwacht problemen blijven rond aanleg- en drinktechniek, kan een aanvullende therapie nodig zijn en ondersteuning bieden zoals osteopathie, cranio-sacraaltherapie, prelogopedie, kinderfysiotherapie of chiropractie. Vraag of de therapeut ervaren is met baby's en hun drinkvaardigheden, en wat de behandeling inhoudt.

¹ Suggestie: Eventueel kan een openstaand bloedvat worden dichtgeschroeid door een KNO-arts of tandarts. Hechten van het wondgebied is niet nodig en zelfs af te raden.

Pijnbestrijding voorafgaand aan het knippen

Er zijn verschillende meningen over het wel of niet geven van pijnbestrijding. Overleg dit met de zorgverlener die gaat knippen.

Nazorg na knippen van een tong- en/of lipriem

Direct na het knippen

Je baby mag na het knippen direct aan de borst drinken.

- Het is mogelijk dat je baby na het knippen meteen veel beter drinkt. Dit is niet altijd het geval.
- Het kan zijn dat je baby de eerste voedingen wat minder gemakkelijk aan de borst wil drinken of minder drinkt.
- Je baby kan de eerste 24 uur na het knippen onrustig of huilerig zijn; geef hem huid-op-huidcontact en houd hem veel bij je.

Vaker aanleggen biedt je baby de mogelijkheid te oefenen met de nieuwe situatie en zo voldoende te drinken.

Als je baby pijn heeft, kun je een zetpil kinderparacetamol geven. Voor baby's geldt een aangepaste dosering. Volg hierin het advies van de arts of apotheek.

Doordat je baby bloeddruppels kan inslikken (dit is niet erg), kan hij vers bloed samen met melk spugen. De volgende dag kan zijn ontlasting donker van kleur zijn.

Het knippen op zich kan geen koorts veroorzaken. Heeft je baby koorts, raadpleeg dan een arts.

Nazorg voor het achterblijvende wondje

Het knippen laat een wondje achter dat gaat helen. Daarbij is het ongewenst dat de bewegingsvrijheid tijdens het genezingsproces weer vermindert. Er zijn verschillende gradaties van te korte tongriemen. Wanneer er een ruitvormig wondgebied achterblijft na het knippen, is nazorg nodig: het wondje kan opgerekt of gemasseerd worden zoals hieronder beschreven. Kies de methode waar je de voorkeur aan geeft of wissel af. De nazorg hoort behoedzaam gedaan te worden. Enig ongemak is te verwachten, maar het is niet nodig je baby met een te pijnlijke of vervelende procedure te belasten. Stem de uitvoering af op de eventuele pijn die je baby aangeeft. De tongoefeningen kunnen meermaals per dag gedaan worden, eventueel met koude moedermelk of koud water.

Masseren

Eerste vier dagen

Masseer de eerste vier dagen vóór iedere voeding of na het geven van de eerste borst het wondgebied onder de tong en/of lip met de top van een schone pink met korte nagel, zodat de wondjes soepel en los blijven.

Tong: Masseer midden op het wondje kleine cirkeltjes gedurende enkele seconden.

Lip: Masseer midden op het wondje kleine cirkeltjes gedurende enkele seconden. Zorg er tijdens de voedingen voor dat de bovenlip naar buiten gekruld is.

Na vier dagen

Na vier dagen masseer je de wondjes elke tweede voeding, tot het wondje volledig is genezen. Dit nieuwe weefsel hoort er roze uit te zien. Dr Kotlow heeft een duidelijke instructiefilm hierover gemaakt².

Oprekken

Eerste vier dagen

Rek de eerste vier dagen vóór iedere voeding of na het geven van de eerste borst de wondjes onder de tong en/of lip met de toppen van twee schone vingers met korte nagel, zodat de wondjes soepel en los blijven.

Tong: zachtjes omhoog tillen met de vingertoppen aan weerszijden van het wondje.

Lip: zachtjes omhoog tillen om het wondgebied te rekken gedurende enkele seconden. Zorg er tijdens de voedingen voor dat de bovenlip naar buiten gekruld is.

Na vier dagen

Na vier dagen rek je elke tweede voeding de wondjes, tot het wondje volledig is genezen. Dit nieuwe weefsel hoort er roze uit te zien.

Dr Ghaheri heeft een duidelijke instructiefilm gemaakt³.

Algemeen

Tijdens de eerste paar dagen kan het wondgebied door masseren of oprekken wat nabloeden. Dit is geen probleem als het om enkele druppels gaat. Als het bloeden meer dan enkele druppels betreft, stop dan een dag met de nazorg. Bloedingen kunnen gestopt worden door druk en/of kou door met een gaasje of je vinger druk uit te oefenen op het wondje. Je kunt het wondje koelen met koude moedermelk of koud water. Huilen kan het bloeden verergeren. De wondjes zien in het begin wit/geel. Dit is normaal en kan ongeveer een tot twee weken duren. Langzaam verandert dit in nieuw roze mondslijmvlies. Een wat oudere baby kan gedurende een week meer speekselvloed hebben.

Aanleggen

Zorgvuldig aanleggen van je baby blijft belangrijk:

- Breng je baby met zijn neus bij de tepel;
- Strijk met je tepel over zijn bovenlip;
- Wacht tot een grote hap en zorg dat hij omhoog hapt;
- Breng dan je baby naar de borst door hem aan te halen met druk op het midden van de rug.
- Laat je baby tijdens het aanhappen vooral goed zijn kin uitstrekken naar de borst.
- Tijdens het aanhappen kan het helpen om de borst te vormen met je hand.

Behalve aanlegtechnieken, kan het ook gunstig zijn om je baby op een meer instinctieve manier zelf te laten aanhappen, waarbij je in halfliggende houding bent en je baby op je buik ligt. Meer informatie over het zogenaamde 'Biological Nurturing' is te vinden op internet.

² <https://www.youtube.com/watch?v=62pZw0LqYv8>

³ <https://vimeo.com/98709935>

Tong oefeningen

Na het vrijmaken van een tongriem is het niet vanzelfsprekend dat je baby de nieuwe bewegingsvrijheid meteen gaat ontdekken en gebruiken. Daarvoor is verandering van de ingeprinte gewoonte nodig, wat soms een heel leerproces kan zijn. Ook de spieren rond de mond en kaken kunnen verkrampt zijn en minder soepel bewegen. Daarom zijn tongoefeningen aan te raden, vooral wanneer de baby weinig aan de borst oefent of in zijn oude drinkpatroon blijft verdergaan. Doe de tongoefeningen twee keer per dag: niet alle onderdelen van de oefeningen hoeven iedere keer, ze kunnen ook verspreid worden over meerdere keren. Het is een optie om de oefeningen vooral door de partner te laten doen. Wanneer na de ingreep direct blijvende verbetering wordt gezien bij het drinken aan de borst, zijn tongoefeningen niet nodig, omdat je baby dan door het drinken al voldoende oefening krijgt.

Spierontspanningsoefeningen

Masseer met de vingertoppen baby's wangen met langzaam ronddraaiende bewegingen. Daarna wrijf je met je vinger rondom het mondje en masseer je de lippen. Hierdoor ontspannen de spieren van mond en kaken.

'Touwtrekken' met je duim

Laat je baby op zijn zij liggen met zijn rug hol gestrekt en zijn hoofd ietwat achterover. Laat je baby op je duim zuigen (nagel op tong), en laat je duim, terwijl je baby zuigt, wat dieper in het mondje komen tot die ongeveer 4 cm in het mondje zit. Trek, wanneer je baby krachtig zuigt, zachtjes je duim enkele millimeters terug om je baby aan te moedigen om krachtig te blijven vasthouden met zijn tong.

Tongbewegingen

Raak met je vinger (eventueel met melk) de onder- of bovenlip en/of het tandvlees aan om de tong naar buiten te 'lokken'.

Beweeg je vinger heen en weer over het tandvlees om de tong tot zijdelings bewegen te prikkelen.

Spiegelen

Houd je baby op een afstand van 20-30 cm voor je gezicht, maak oogcontact, steek zelf je tong uit en maak er een geluid bij zoals "aaaaahhhh".

Een baby gaat dat imiteren en de tong net zo gebruiken, mettertijd zelfs bij het horen van dat geluid.

Tongwandelen

Laat je baby op een vinger zuigen (nagel op tong).

Draai je vinger om (nagel richting gehemelte).

'Wandel' met druk op de tong de vinger naar buiten.

De tong wordt hierdoor geprikkeld tot bewegen en cuppen.

Mondspelletje

Van bovenstaande oefeningen kun je een spelletje maken.

Vragen of onzekerheden?

Neem contact op met de behandelaar en/of je lactatiekundige!

Wondnazorg informatie op internet

Wondnazorg van KNO-arts Dr. Ghaheri
www.drghaheri.com/aftercare