

Moedermelk bij ontstoken oogjes

Een handig huismiddeltje?

'Het werkt als een tiet', zegt een van de moeders lachend. Een druppel moedermelk in een ontstoken babyoogje zou de kwaal snel verhelpen. Is het een fabel? Is het gevaarlijk? We vragen het een dokter, een lactatiekundige en enkele moeders.

Tekst: Eveline van Herwaarden

'Inderdaad werkt super, ook bij verkouden neusjes en oorontsteking', reageert Edith op Twitter. Een ander zegt: 'Hier ook goede ervaringen! Ontsteking heel snel weg en niet al te heftig geworden.' Zo komen er nog een aantal positieve reacties voorbij en ook in mijn omgeving blijken familieleden en vrienden de 'truc' van het gebruik van moedermelk bij prutoogjes te kennen. Stefan Kleintjes, lactatiekundige, kinderdiëtist in Groningen en eigenaar van borstvoeding.com is niet verbaasd. 'We horen regelmatig dat moeders dit doen en raden het zelf

ook weleens aan. Veel oudere mensen herinneren zich het gebruik van moedermelk bij allerlei kwaaltjes en in Afrikaanse landen is het de normaalste zaak van de wereld. Daar gebruiken ze het niet alleen voor ontstoken oogjes, maar ook bij wondjes en andere ontstekingen. Voor iedereen die weet welke stoffen moedermelk bevat is het eigenlijk wel logisch dat het werkt.' Op de verschillende fora voor ouders met pasgeboren baby's vinden we enthousiastelingen, maar blijken er bij enkelen ook vragen te zijn. Is dit een 'geitenwollen sokken'-

trend? Is het wel veilig? Kun je niet beter naar een dokter gaan?

De moeder

Edith kreeg de tip van haar zus en van de kraamverzorgende. 'Tijdens het voeden drup je het gewoon rechtstreeks uit de borst in het oogje. Als ze niet meer stil liggen kun je een beetje kolven in een maatbekertje en het daaruit in het oog druppen. Je moet wel opletten met de hygiëne, maar dat geldt voor zalven ook. Ik denk dat je op je gevoel moet vertrouwen, als je twijfelt moet je het niet doen. Ik heb er zelf goede ervaringen mee, niet alleen bij ontstoken oogjes, maar ook bij oorontsteking, ontstoken wondjes en tepelkloofjes.' Ook Maya reageert op Twitter en vertelt dat haar kraamhulp over de helende werking van moedermelk vertelde. Ze kent inmiddels meerdere vrouwen die de methode toepassen en op een paar lacherige reacties na, is iedereen positief als ze uitlegt hoe het werkt. Maya gebruikt haar moedermelk inmiddels niet meer alleen voor haar eigen kindje. 'Voor mijn nichtje heb ik afgekolfde melk in een klein spuitje gedaan, zodat mijn zus haar ermee kon behandelen. We hebben het zelfs geprobeerd bij een mannelijke collega op mijn werk die een ontstoken oog had. Het resultaat was bij iedereen verzachting van de jeuk en de ontsteking was meestal na een paar keer druppelen verdwenen. Ik heb ook weleens een overgebleven flesje in het babybadje gegoten of over het babyhoofdje tegen berg. Ik denk dat er geen risico's aan zitten. Wel heb ik een keer een hardnekkige variant van ontstoken ogen gezien bij mijn zes maanden oude dochtertje. Daarbij hielp moedermelk niet meer afdoende en hebben we uiteindelijk toch oogdruppeltjes gekregen van de huisarts.'

De lactatiekundige

Lactatiekundige Kleintjes legt uit hoe het product moedermelk zich in al die duizenden jaren dat zoogdieren en mensen bestaan, heeft ontwikkeld. 'Het product voorkomt dat het jong ziek wordt en zorgt ervoor dat het groeit. Het bevat een groot aantal voedingsstoffen, maar ook stoffen zoals leucocyten, macrofagen en immunoglobuline die bacteriën en schimmels doden. Precies ook de afweerstoffen tegen de ziektes die in de omgeving van het kind voorkomen. Kinderen die moedermelk drinken zijn daarom minder vaak en minder ernstig ziek dan kinderen die dat niet doen.' Als voorbeeld noemt hij een verhelderende test. Je zet twee glazen naast elkaar en vult het ene glas met moedermelk en het andere met koemelk uit een pak. Wanneer je het aantal bacteriën in beide glazen meet en dat na drie uur nogmaals doet, zal het aantal bacteriën in de moedermelk veel lager zijn. 'Al die goede stoffen zitten dus ook in die druppel moedermelk die je in het oogje doet', zegt Kleintjes. 'Ze vermengen zich met het oogvocht en gaan de infecties te lijf. Je vindt het ook terug in oude studieboeken. Het werd niet alleen toegepast bij ooginfecties, maar ook bij oorontsteking, eczeem en kloofjes. Het is gewoon een heel handig huismiddeltje, het is goedkoop en je hoeft er niet voor naar de dokter. Mensen die het gebruik ervan afraden zijn denk ik minder goed bekend met het product moedermelk.' Kleintjes en de lactatiekundigen die hij kent, zien weinig contra-indicaties voor het gebruik van moedermelk bij beginnende oogontstekingen. Hooguit kunnen er schadelijke stoffen in de melk zitten wanneer de moeder rookt, drugs of schadelijke medicatie gebruikt of is blootgesteld aan straling. Tevens raadt hij aan om wel direct een druppel uit de borst te gebruiken en te zorgen dat je schone handen hebt.



Stefan Kleintjes,
Lactatiekundige



Yon Mooren,
Jeugdarts

De jeugdarts

De vraag of er aan het druppelen van moedermelk in babyoogjes risico's verbonden zijn, leggen we ook voor aan Yon Mooren, jeugdarts bij Yunio jeugdgezondheidszorg in Oost-Gelderland. De vraag verbaast haar enigszins, er zijn haar geen negatieve bijwerkingen bekend. Mooren vertelt eerst hoe vaak ontstoken babyoogjes voorkomen en wat het gebruikelijke advies is: 'Hoe vaak het precies voorkomt weten we niet, want het wordt niet geregistreerd. En eigenlijk moet je onderscheid maken tussen 'prutoogjes' en ontstoken oogjes. Ik vermoed dat zeker een kwart van de kinderen die wij vier weken na de geboorte op het

consultatiebureau zien, last heeft van vieze oogjes. Meestal heeft dat te maken met traanbuisjes die nog niet goed functioneren. Het traanvocht droogt in en samen met wat celmateriaal zorgt

dat voor de bekende gele prut. Dat is echter nog geen ontstoken oog. Het gaat meestal vanzelf weer over en leidt zelden tot problemen.'

Het consultatiebureau raadt aan om een prutoogje schoon te maken met een watje met water. In de kraamtijd gebruik je gekookt water, maar daarna kun je gewoon kraanwater nemen. Je veegt van de buitenste naar de binnenste ooghoek het oogje schoon en gebruikt voor ieder oog een schoon watje. Hierdoor prikkel je ook het traanbuisje en gaat het sneller open. De binnenste ooghoek mag met dat doel ook licht gemasseerd worden met een schone pink. 'Bij een ontstoken oog, een uitgesproken pusoogje, kleven de wimpers 's morgens helemaal aan elkaar', vervolgt Mooren. 'Een vies

oogje kan geleidelijk in zo'n ontsteking overgaan. Het advies blijft eigenlijk hetzelfde, zelfs als het wat langer aanhoudt. Uiteindelijk gaat het traanbuisje vanzelf functioneren en ruimt de ontsteking zichzelf op. Een kuurtje is meestal niet nodig en huisartsen schrijven het ook lang niet altijd voor. Dat het traanbuisje niet opengaat of dat er helemaal geen traanbuisje bestaat, is uiterst zeldzaam. Wanneer het niet beperkt blijft tot het traanbuisje, en de oogleden dik en rood worden, is het wel verstandig om naar de huisarts te gaan.'

Op het consultatiebureau is het gebruik van moedermelk bij ontstoken oogjes bekend. Hoewel het eerste advies het schoonmaken met een watje be-

treft, staat Mooren zeker niet afwijzend tegenover de methode. 'We zien bevlogen moeders die goed op de hoogte zijn van de antibacteriële eigenschappen van moedermelk. Ze geven

elkaar in borstvoedingscafés en op fora dat advies. Ik heb er niks op tegen en denk niet dat het kwaad kan, maar het is natuurlijk wel belangrijk dat je het hygiënisch toepast. Het lijkt me geen goed idee om het te doen wanneer de moeder een borstontsteking heeft of de baby spruw.

Ik raad het ook af bij premature kindjes die nu eenmaal extra kwetsbaar zijn of bij baby's die duidelijk oogproblemen hebben. Tenslotte moet je op je hoede zijn bij niet-gecontroleerde zwangerschappen, omdat er mogelijk een door de moeder overgedragen geslachtsziekte in het geding kan zijn. Blijf je gezonde verstand gebruiken.' ■

'Het kan niet kwaad, maar het is wel belangrijk dat je het hygiënisch toepast'

ADV.