

## Folder 10

# Gebondenheid

*"Borstvoeding geven is niet alleen eten geven, het is een onderdeel van jullie ouderschap, het begin van de opvoeding. De manier van voeden en omgaan met je baby legt de basis voor de rest van jullie leven als ouders en kinderen".*

Citaat: Gonneke van Veldhuizen, lactatiekundige, [www.eurolac.net](http://www.eurolac.net)

### *Gebondenheid, mooi en/of lastig?*

Als je borstvoeding geeft is het een feit dat je baby qua voeding geheel van jou afhankelijk is. Dit betekent dat jij en je kind dag en nacht in elkaars nabijheid moeten zijn. Het is ook zo dat het groeit, geheel van jouw voedingsstoffen die jij de baby kan geven.

In de natuur om ons heen zien we niet anders. Het scheidt een grote verbondenheid, waardoor de baby veiligheid en geborgenheid leert ervaren. Het kan zeker bijdragen tot een goede basis om het leven te beginnen.

Niet altijd zal je dit zo duidelijk ervaren. In tijden van vermoeidheid, maar ook later, als je eens 'lekker wil gaan shoppen of stappen' zal je mogelijk het gevoel gaan kennen jouw borsten thuis te willen laten. Even los te komen van je kind. Het is immers ook een feit dat borstvoeding niet alleen verbondenheid, maar ook gebondenheid met zich meebrengt.

Hoe gek je ook met je kind bent, af en toe is de verantwoordelijkheid overweldigend.

### *Even 'vrij van de borst'*

In de eerste weken raden we het niet aan, maar wanneer de borstvoeding na een paar weken probleemloos verloopt is een keertje afkolven en je moedermelk met de fles geven een goede optie. Hierdoor kan jij jouw moedermelk door een ander laten geven, zodat je bijv. eens een avondje weg kunt.

Ook als je weer gaat werken, vervangt gekolfde moedermelk met de fles het borstvoeden. Zo kan je toch doorgaan met zelf voeden, zonder dat je altijd dichtbij je kind moet zijn.

In Nederland is de werkgever verplicht een vrouw de gelegenheid en tijd te geven om op haar werk te kolven, totdat de baby 9 maanden is; zie hiervoor ook onze informatiefolder 'het kolfrecht'.

Meer informatie over brochures, cursussen of internetsites is te verkrijgen bij de verloskundige