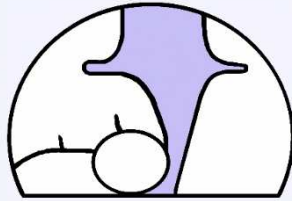


Karin de Graaf
Lactatiekundige IBCLC
Looneind 7
5131 RK Alphen NBr.
tel 06-33664319 of 013-5436914



www.borstvoedinghulp.nl



Mastitis: betekenis en definities

Er is weinig duidelijkheid over de definities van borstontsteking, mastitis, borstinflammatie, verstopt melkkanaaltje en stuwung. Ook over de samenhang en het onderscheid met tussen deze verschijnselen heerst verwarring.

Om te beginnen is het goed om eerst eens de medische definities van diverse woorden op een rijtje te zetten. (naar: Zakwoordenboek der geneeskunde, Coëlho en Kloosterhuis):

- -itis (achtervoegsel) = ontsteking (wordt gevoegd achter de latijnse benaming van het aangedane weefsel)
- mastitis = ontsteking van de borstklier: borstontsteking
- ontsteking = synoniem voor inflammatie
- inflammatie = plaatselijke verschijnselen bestaande uit warmte, pijn, roodheid, en zwelling, die ontstaan als gevolg van fysische, chemische, of microbiologische schadelijkheden.
- infectie = binnendringen en vermenigvuldigen van schadelijke micro-organismen met als gevolg een plaatselijke ontsteking of ziekte van het hele lichaam

verschijnselen

Wat is nu eigenlijk dat verschijnsel ontsteking? Ontsteking is de benaming voor een verzameling symptomen bestaande uit roodheid, warmte, pijn, en zwelling (in medische termen: rubor, calor, dolor, tumor). Ontsteking is een plaatselijke reactie van weefsel op beschadiging, en hoort daarmee tot de afweerreacties van het lichaam. Het bestaat uit een complex geheel van veranderingen die dienen tot herstel van beschadigingen en tot onschadelijk maken van binnengedrongen organismen indien van toepassing. Zo is er sprake van vaatverwijding, waardoor de doorbloeding toeneemt (wat leidt tot roodheid en warmte). Doordat tegelijkertijd de veneuze afvoer afneemt (wat leidt tot zwelling), kunnen leucocyten uit de bloedvaten treden, en ter plaatse in het weefsel hun werk doen. De afvalproducten die bij een ontsteking kunnen ontstaan vormen tezamen pus. Een ontsteking kan qua grootte zeer verschillend zijn, bijvoorbeeld een hele arm bij wondroos, of een talgkliertje bij een jeugdpuistje. Wanneer een ontsteking een groot gebied beslaat, en/of de aandoening is ernstig, dan zal er koorts op gaan treden en voelt de betrokkene zich ziek. In het geval van mastitis leidt de ontsteking ook tot verhoogde waarden aan leucocyten in de melk. Leucocyten zijn witte bloedcellen, die dienen als niet specifieke afweercellen.

oorzaak en behandeling van ontsteking

Ontsteking kan zich overal in het lichaam voordoen, in ieder weefsel. Het is niet-specifiek, dat wil zeggen dat het een algemene reactie betreft op iedere mogelijke schadelijke invloed. Die schadelijke invloed kan een binnengedrongen schadelijk micro-organisme zijn (een infectie), of een fysische prikkel zoals druk (kneuzing), verbranding of bevriezing, of een chemische prikkel zoals zuren, basen, of vergiften (toxinen). Een ontsteking is dus niet altijd veroorzaakt door een infectie, maar kan ook andere oorzaken hebben. Ook is er een combinatie van oorzaken mogelijk. Een ontsteking is daarom geen aandoening, maar juist een reactie van het lichaam op een aandoening. De behandeling hoort te bestaan uit het aanpakken van de aandoening die de oorzaak is van de ontstekingsreactie. De ontsteking zelf hoeft in principe niet te worden behandeld, hooguit te worden getemperd. Aangezien het een algemene a-specifieke reactie betreft, zegt het verschijnsel ontsteking niets over de oorzaak ervan. Vaak ligt de oorzaak van een ontsteking voor de hand, en kan een behandeling worden begonnen zonder dat daarvoor verdere diagnostiek nodig is. Wanneer bijvoorbeeld de keelholte ontstoken is, wordt er aangenomen dat het een infectie betreft, en wordt er met antibiotica behandeld, tenzij de patiënt aangeeft een sterk zuur of andere schadelijke stof te hebben gedronken: in dat geval heeft een antibioticum geen zin. Wanneer enkelbanden zijn gekneusd (=ontstoken) omdat iemand zijn enkel heeft verzwikt (mechanische beschadiging door trek), zal het enkelgewricht worden geïmmobiliseerd.

oorzaak van borstontsteking

Borstontsteking wil dus alleen maar zeggen dat er sprake is van roodheid, warmte, zwelling en pijn in de borst. Het zegt nog niets over het ontstaan of de ernst van de ontsteking. Bij mastitis zijn er twee schadelijke factoren als oorzaak aan te wijzen: melkstasis en infectie. Bij melkstasis leidt de blijvende druk van de stilstaande melk tot een ontstekingsreactie. Bij een infectie is er sprake van de vermenigvuldiging van schadelijke micro-organismen die de ontsteking veroorzaakt. In de literatuur wordt vaak beweerd dat mastitis altijd betekent dat er sprake is van een infectie. Zo wordt zelfs in Riordan 2005 mastitis beschreven als een goedaardige zelflimiterende infectie. Onderzoek wijst uit dat dit niet zo is: bij mastitis worden niet altijd meer bacteriën aangetroffen. De ontsteking betekent dus niet automatisch dat er ook een infectie is.

In het WHO-rapport uit 2000 over mastitis staat beschreven dat aan de ontstekingsverschijnselen niet te zien is of het een steriele of een infectueuze mastitis betreft; hiervoor is het nodig een bacterie-telling van een melkmonster te maken. Er is aangetoond dat er geen klinische verschijnselen zijn op grond waarvan er een onderscheid gemaakt kan worden tussen een infectueuze en een non-infectueuze mastitis. Tevens wordt vermeld dat een infectie bij mastitis ontstaan is als een secundair gevolg van een onbehandelde melkstasis. Wanneer er een goede doorstroming is van de melk, maken bacteriën geen kans om een infectie te veroorzaken, maar bij stilstaande melk is er wél een goede voedingsbodem. Concluderend kun je stellen dat er bij mastitis altijd sprake is van melkstasis, en dat daar mogelijk nog een infectie bij is gekomen; een infectueuze mastitis is ontstaan als secundaire complicatie van een steriele mastitis.

Er dient vermeld te worden dat er ook bij de gezonde borst bacteriën in de melk worden gevonden. Dit wordt beschouwd als de normale bacteriekolonisatie zoals deze zich ook voordoet aan de huid en aan de slijmvliezen van mond en luchtwegen. De bacterie-tellingen van verschillende gezonde moeders kunnen behoorlijk verschillen. Een factor die daar veel invloed op heeft is de tijd die verstreken is sinds de laatste voeding of kolfbeurt. Hoe langer dat geleden is, hoe meer bacteriën er in de melk zitten. Dit bevestigt de gedachte dat melkstasis de bacteriegroei in de hand werkt.

In de literatuur zijn veel factoren gevonden die gecorreleerd zijn aan mastitis. Deze factoren worden dan vaak gezien als risicofactoren voor het optreden van borstontsteking. De meeste van deze factoren zijn terug te herleiden tot melkstasis. Borstontsteking komt meer voor bij hevige stuwings, overvloedige melkproductie, infrequente voeding en bij tepelkloven. Bij tepelkloven is het mogelijke verband tweeledig: de tepelkloven zijn het gevolg van een slechte drinktechniek van de baby. Hierdoor wordt de borst minder goed leeggedronken, dus kan melkstagnatie ontstaan. Daarnaast vormen tepelkloven een toegangsweg voor schadelijke bacteriën en kunnen daarmee infectie in de hand werken.

Behandeling van borstontsteking

De behandeling is in ieder geval gericht op de primaire oorzaak van de mastitis: het bevorderen van de melkdoorstroming door vaak aanleggen, juiste aanlegtechniek t.b.v. effectief drinken, goed leegdrinken, evt. nakolven, warmte en zachte massage van de aangedane plek voor, tijdens en na het voeden. Vaak worden andere houdingen aanbevolen. Hierbij is het verstandig om na te gaan of de moeder haar baby ook in de voorgestelde houding goed kan aanleggen; zoniet dan is dit advies niet geschikt. Normaalgesproken worden er geen laboratoriumtests gedaan om te onderzoeken of er ook sprake is van een infectie. Daar het vaststellen van een infectie op grond van de klinische verschijnselen niet mogelijk is, adviseert de WHO om antibiotica voor te schrijven wanneer er een grote kans bestaat dat er een infectie is ontstaan. In eerste instantie wordt alleen de melkstasis behandeld; wanneer de klachten niet verbeteren na 12 à 24 uur behandelen, is een antibioticum aanbevolen. In gevallen waarbij de mastitisverschijnselen vanaf het begin zeer ernstig zijn, of wanneer er sprake is van zichtbare tepelkloven, is het risico op een infectie dermate aanwezig, dat direct beginnen met antibiotica aangewezen is. Bij een infectie zijn vooral de bacteriën *Staphylococcus aureus* en *Staphylococcus albus* de veroorzakers. Het is dus zaak een passend antibioticum voor te schrijven.

Naast deze behandeling kunnen er maatregelen worden genomen ter verlichting van de klachten van de moeder. Dat kan zijn het gebruik van pijnstillers, en/of het gebruik van koele kompressen ter vermindering van de zwelling en warmte-ontwikkeling. Na het voeden kunnen kwarkkompressen of gekneusde witte koolbladeren worden aangebracht om de klachten te verlichten. Het doel van deze maatregelen is dus niet de genezing van de aandoening (het doet immers niets aan de oorzaak), maar enkel verlichting van de klachten. Het is goed je hierbij te realiseren dat de ontsteking een doelmatige reactie is van het lichaam, die niet tegengewerkt hoeft te worden. Wanneer de moeder warmte prettiger vindt dan koude, beschouw ik dat als een teken dat het in dat geval effectiever is de ontsteking te bevorderen dan te temperen.

verschillende definities

Uit het rijtje medische definities aan het begin van dit artikel wordt duidelijk dat borstontsteking, mastitis, en borstinflammatie synoniemen zijn. Het is dus niet juist om aan het woord borstontsteking een andere betekenis te verlenen dan aan het woord mastitis, zoals wordt voorgesteld in de artikelen over terminologie in vorige info's.

Bij een verstopt melkkanaaltje en bij pathologische stuwung is er ook sprake van roodheid, warmte, zwelling, en pijn in de borst. Dat betekent dat er ook in deze gevallen een ontsteking is aan de borst, dus mastitis. Wij gebruiken het woord verstopt melkkanaaltje wanneer een plaatselijke borstontsteking nog weinig klachten veroorzaakt, maar het betreft hier hetzelfde verschijnsel. Bij pathologische stuwung zijn beide borsten in hun geheel ontstoken, dus is dit een uitgebreide mastitis. In feite vallen stuwung en verstopt melkkanaaltje dus beiden onder het kopje borstontsteking.

In onze dagelijkse praktijk is het nuttig om onderscheid te kunnen maken in de benoeming van verschillende vormen van borstontsteking. Ook al is er medisch gesproken bij een verstopt melkkanaaltje al sprake van borstontsteking, er is weinig bezwaar tegen het handhaven van de verschillende definities die in de praktijk zijn ontstaan. Hierbij gebruiken we het woord borstontsteking, wanneer een plaatselijke ontsteking in de borst dermate uitgebreid is, dat de moeder koorts heeft, en zich ziek voelt. Is dat niet het geval, dan spreken we van een verstopt melkkanaaltje. Is de ontsteking niet plaatselijk, maar betreft het allebei de borsten in hun geheel, dan spreken we van pathologische stuwung. Het aanhouden van deze definities is goed werkbaar. Het moet echter niet leiden tot een verkeerd begrip van de diverse verschijnselen. Bij de behandeling van de diverse vormen van borstontsteking zal het dus altijd nodig zijn de melkdoorstroming te bevorderen. Op zich is het voor de behandeling niet nodig onderscheid te maken tussen verstopt melkkanaaltje, borstontsteking, of stuwung: de behandeling van de melkstasis blijft gelijk. Daarnaast zal een die moeder zich ziek voelt bedrust nodig hebben, en kunnen we voor het gebruik van antibiotica de criteria van de WHO hanteren.