

Ook in West-Europa???

Om contactpersoon te worden, moet je naast een interne opleiding volgen, ook zelf minimaal zes maanden aan één kindje borstvoeding hebben gegeven. Tot zover gaat het nog. Maar er zijn aardig wat contactpersonen die hun kinderen veel langer aan de borst hebben gehad, of er twee tegelijk hebben gevoed. Ook ik heb mijn kinderen ook wat langer gevoed dat het 'Nederlandse gemiddelde'. Maar omdat we natuurlijk toch Nederlanders blijven ('polderaars op en top, gulden middenwegen, geen extremen, en wat dies meer), is het soms even puzzelen hoe je daarmee omgaat op de informatiebijeenkomsten. Want een opening 'ik ben Femke, contactpersoon en ik geef nu ongeveer 6,5 jaar borstvoeding aan drie verschillende kinderen', valt niet lekker. Je kunt je het effect bijna voorstellen: een huiskamer vol zwangere dames, de helft met partners (die meegesleept zijn naar een hele avond over borstvoeding *shock*), die misschien al gelezen hebben dat er een advies ligt van de WHO om 6 (zes!!!) maanden *uitsluitend* borstvoeding te geven (zes maanden: weet je hoeveel weken dat zijn, hoeveel dagen, hoeveel weekenden, etentjes en andere dingen daarin vallen?). Je snapt hem al, die vallen bijna van hun stoel en voor je het weet ben je in een hokje geplaatst van de fanatiekelingen en wordt je informatie door de aanwezigen ingekleurd vanuit dat perspectief.

Dus daar moet iets creatiefs op gevonden worden. Met collega-contactpersonen heb ik het er wel eens over gehad. Er zijn er die zeggen dat ze een jaar hebben gevoed (en er niet bij vermelden dat ze daarna nooit gestopt zijn), er zijn er die zeggen 'da's bij elk kind verschillend geweest' (werkt pas vanaf drie kinderen overtuigend), er zijn er die zeggen 'ik wilde 6 maanden borstvoeding geven' (zonder te zeggen wat er verder is gebeurd). En ik pas alle manieren toe, afhankelijk van de situatie. Als ik een avond heb voor moeders die borstvoeding geven, doe ik er niet geheimzinnig over. Als het aan de orde komt, komt het aan de orde. Als ik een reeks heb voor zwangeren, vertel ik het eigenlijk nooit op de eerste avond, en afhankelijk van de groep en de reacties desgevraagd op de volgende avonden wat meer. Zo werd ik ooit gevraagd hoe lang ik mijn kinderen (toen nog 2 stuks) had gevoed. Toen ik begon met dat mijn oudste 16 maanden borstvoeding had gehad, waren ze zo onder de indruk, dat ik van de middelste niks meer heb verteld. Er ontstond toen een leuk en geanimeerd gesprek over langvoeden en 16 maanden werd al als zo lang en extreem ervaren, dat ik het wel genoeg vond.

Maar toch, de doelstelling van de VBN is 'het weer gewoon maken van borstvoeding'. En openheid is daarin een hele belangrijke. En dus moeten we, als moeders, maar ook als contactpersonen met oudere kinderen aan de borst het gewoon blijven vertellen. Op een geschikt moment. Zodat mensen weten dat het heel normaal is en vaak voorkomt. Want dat weet niet iedereen: zo kreeg ik een keer als reactie op het noemen van het WHO-advies van twee jaar borstvoeding "denk jij echt dat er iemand in West-Europa is, die zo lang borstvoeding geeft?". Waarop ik haar veelbetekenend aankeek en zei "veel meer dan jij denkt". Het kwartje viel nog niet, en ze dacht dat dat vast heel extreme moeders moesten zijn. Mij vond ze toch niet extreem, ook niet toen ik vertelde dat mijn middelste ook ruim 2 jaar de borst heeft gehad 😊.

Pas geleden ontving ik een mailtje dat voor mij bevestigt dat het goed is om er open over te zijn. Deze moeder was bij mij op de informatieserie voor zwangeren geweest en daarna op de avonden voor voedende moeders. En pas kreeg ik, erg leuk om te lezen, een mailtje dat ze een tweede kindje had gekregen. Met toestemming van haar, volgt hieronder de tekst.

"Mijn oudste (2 jaar) krijgt nu nog steeds bv, samen met de jongste. Ook tijdens mijn tweede zwangerschap heeft hij continu bv gehad, niet zozeer voor de melk, want ik had heel weinig nog, maar meer voor troost. Ik kan me herinneren dat toen je zwanger was van je derde, jouw middelste ook bv wou van jou. Je zei toen dat als het derde kindje komt, dan mag ze ook drinken. Dat heeft mij ook geholpen"

Dus ik blijf het maar gewoon vertellen, nog steeds niet standaard aan de zwangere dames, alhoewel ik op avond drie altijd wat vertel over borstvoeding als je kindje al wat ouder is en steevast het WHO-advies van twee jaar noem. Ik probeer daar ook even bij stil te staan, dat het wereldwijd heel gebruikelijk is, dat het veel gezondheidsvoordelen biedt en heel normaal is. Dat je borstvoeding kunt blijven geven zolang je kindje en jezelf ervan genieten en dat er veel meer peutertjes aan de borst zijn dan je denkt. Want echt waar, er zijn nog steeds mensen in West-Europa die denken dat het niet voorkomt ;-).

En als ik niet “in functie” ben, vertel ik dat onze jongste voor goud* gaat. Dat vond ik zo’n treffende omschrijving in één van de vorige BN-en. En voor goud gaan, wie wil dat nou niet?

* Het WHO-advies van zes maanden uitsluitend borstvoeding en tot de leeftijd van minimaal twee jaar aangevuld met volwaardige andere voedingen, is de gouden standaard voor alle kinderen wereldwijd.

Femke van Roozendaal

Verschenen in BN3 (2009), *het tijdschrift van de Vereniging Borstvoeding Natuurlijk*