

# Waarom kiezen voor borstvoeding

## Voordelen van borstvoeding voor de baby

### Moedermelk

- voldoet perfect aan de noden van de baby om te groeien en te ontwikkelen.
- beschermt tegen infecties van het maag-darmstelsel, de luchtwegen, urinewegen, oren...
- vermindert de kans op allergieën en op suikerziekte.
- biedt bescherming tegen hoge bloeddruk en zwaarlijvigheid.
- beschermt tegen darmziekten.
- verlaagt de kans op wiegendood.
- zorgt voor gezondere tanden en een mooier gevormde tandenboog.
- biedt een snellere verstandelijke, gevoelsmatige, sociale en motorische ontwikkeling.

## Voordelen van borstvoeding voor de moeder

Moeders die borstvoeding geven hebben minder kans op

- borstkanker en bepaalde vormen van eierstokkanker
- botontkalking
- zwaarlijvigheid
- bloedarmoede

Moeders die borstvoeding geven

- hebben de voeding steeds bij de hand en moeten dus geen tijd stoppen in de bereiding van flessen.
- hebben minder kans op bloedingen na de bevalling omdat het zuigen van de baby het samentrekken van de baarmoeder stimuleert.
- verliezen sneller overtollig gewicht
- hebben een hechtere band met hun baby en leren hun baby vlugger en beter gevoelsmatig kennen.

Bij moeders die borstvoeding geven, blijft de menstruatie langer uit. Dit is een mogelijke vorm van geboortespreiding.

## Andere voordelen van borstvoeding

- Goedkoper
- Minder ziektekosten
- Minder medicatie
- ...

*Bron: info kraamafdeling*