

KORTE OF STRAKKE TONGRIEM

Inleiding

Er is een te korte of te strakke tongriem bij uw baby ontdekt. Dit is aangeboren. Soms kan het problemen geven met drinken aan de borst of drinken aan de fles.

In deze folder kunt u meer lezen over de gevolgen van een te korte/strakke tongriem, mogelijke behandeling en nazorg hiervan.

Wat is een te korte of te strakke tongriem?

De tongriem is een vlies tussen de mondbodem en tong. Bij een te korte of te strakke tongriem kan de tongfunctie beperkt zijn.

Hoe herken je dit?

Normaal gaat de tong bij het drinken en slikken omhoog. Bij een te korte tongriem ontstaat er een kuiltje in de tong. Dit komt doordat de korte tongriem trekt aan de onderkant van de tong die daardoor in zijn beweging tegengehouden wordt. De zijanten kunnen wel omhoog maar het middelste gedeelte niet. Soms komt het voor dat de tong in zijn geheel op de mondbodem blijft liggen.

Als uw baby de tong uitsteekt, kan het zijn dat u een hartvormige tong ziet (dit ontstaat doordat de tongriem soms tot aan de punt van de tong aangehecht zit). Soms ziet u dat er een witte verkleuring ontstaat in de tongriem, doordat er bij het optillen van de tong spanning op komt te staan. Er kunnen melkresten op de tong zichtbaar zijn, omdat de tong minder goed schoongeveegd kan worden.

Een te korte of te strakke tongriem kan uw baby beperken om goed aan te happen aan de borst. Het zou kunnen zijn dat uw baby moeite heeft het behouden van een goed vacuüm. U hoort dan vaak een 'klakkend' geluid tijdens het voeding. Dit geldt ook voor het drinken aan de fles.

Kort of strak lipbandje

Het kan voorkomen dat er ook sprake is van een kort of strak lipbandje (vliesje onder bovenlip). Dit wordt alleen bij uitzondering behandeld en wordt in principe niet gedaan binnen Franciscus Gasthuis & Vlietland.

Problemen die mogelijk bij de baby kunnen ontstaan

- Geen vacuüm kunnen houden aan de borst of fles, waardoor grip bemoeilijkt wordt.
- Te weinig voeding binnen krijgen (waardoor onrust en mogelijk onvoldoende groei kan ontstaan)
- Door het binnenkrijgen van lucht, kunnen er buikkrampen ontstaan
- Mogelijk is er is een verhoogde kans om op latere leeftijd tegen problemen aan te lopen met het verwerken van vast voedsel, mondhygiëne en spraakontwikkeling.

Problemen die mogelijk bij moeder kunnen ontstaan

- Tepelpijn
- Tepelkolven
- Onvoldoende melkproductie door het niet goed stimuleren van de borst.
- De borst wordt niet voldoende gelegegd (dit kan het beeld schetsen van een overproductie, maar is niet het geval. Mogelijk een borstontsteking als gevolg)
- Vermoeidheid en frustratie

Om te onderzoeken of de voedingsproblematiek te maken zou kunnen hebben met een korte of strakke tongriem is het raadzaam om door een KNO-arts, tandheerkundige of kinderarts de mond te laten beoordelen. Zij kunnen bepalen of er een behandeling nodig is. De lactatiekundige beoordeelt ook de mond van uw baby en kan u eventueel adviseren naar een behandelend arts te gaan.

De behandeling

De behandeling vindt in Franciscus plaats bij de KNO-arts. De KNO-arts zal een mondinspectie uitvoeren. Na de inspectie van de mond, gaat de KNO-arts over tot een behandeling van de te korte of te strakke tongriem.

Met een spateltje met inkeping, houdt de KNO-arts de tong omhoog en wordt het tongriempje doorgeknipt. Deze behandeling duurt ongeveer 10-15 seconden en gebeurt zonder verdoving.

Mogelijke klachten en risico's

- (minimaal) Bloedverlies
- Het opnieuw verkleven van het tongriempje

Als er géén vitamine K gegeven is na de geboorte of als er in de familie een stollingsziekte voorkomt, is het belangrijk om dit te melden vóór de behandeling.

Nazorg

Uw baby mag direct aan de borst gelegd worden of de fles krijgen om getroost te worden. Vaak merkt u gelijk een verschil met aanleggen aan de borst. Soms moet uw baby wennen aan de bewegelijkheid van de tong en kan er meer oefening nodig zijn tot het effect merkbaar is.

Uw baby kan huilerig of mopperig reageren op de ingreep. Meestal duurt dat niet langer dan 24 uur. Als u het gevoel heeft dat uw baby pijn heeft dan kan u paracetamol geven. Raadpleeg uw arts, apotheek of drogist voor de juiste dosering.

- Om te voorkomen dat de tongriem weer aan de mondbodem verkleeft, adviseren wij u om de eerste week na de behandeling de volgende nazorg toe te passen:
 - Masseer voor elke voeding het wondje onder de tong met uw vingertop (dit doet u door het maken van kleine cirkels).
 - Lift de tong 1 à 2 keer op met beide wijsvingers. Het is belangrijk de bovenste helft van de ruitvorm op de tong

van de mondbodem te scheiden, zodat er daadwerkelijk oprekking ontstaat.

- Let op dat u dit met schone handen doet, om infecties te voorkomen. Zorg bij deze handeling voor korte nagels.
- Als u op het wondje wrijft, kan het weer even bloeden. Dit is normaal. U kunt een bloeding verhelpen door met een gaasje of uw vinger druk uit te oefenen op het wondje. Het wondje kunt u daarna koelen met koude moedermelk of koud water. Huilen kan het bloeden verergeren.
- Als u merkt dat deze nazorg te belastend is voor uw baby, pas dan de nazorg aan zodat uw baby niet te veel stress ervaart.

Oefeningen

Na het klieven van een tongriem is het niet vanzelfsprekend dat de baby de tong meteen beter of meer zal gaan gebruiken. Dit kan voor een baby soms een lang leerproces zijn. Ook de spieren rond de mond en kaken kunnen verkrampd zijn en minder soepel bewegen. Daarom raden wij tongoefeningen aan, vooral wanneer de baby weinig aan de borst oefent of in zijn oude drinkpatroon blijft verder gaan. Wanneer na de ingreep direct blijvende verbetering wordt gezien bij het drinken aan de borst, zijn tongoefeningen niet nodig omdat de baby dan door het drinken voldoende oefening krijgt.

Spierontspanningsoefeningen

Masseer met de toppen van uw vingers de wangen met langzaam ronddraaiende bewegingen. Daarna rondom het mondje. Zo helpt u de spieren van de mond en kaken te ontspannen.

Tongbewegingen

U kunt met uw vinger de onder- of bovenlip en/of de kaakwal aanraken om de tong uit te lokken naar buiten te komen (eventueel met melk). Ga met uw vinger heen en weer over de kaakwal om de tong tot zijdelings bewegen te prikkelen.

Tongspiegelen

Houd uw baby op een afstand van 20-30 cm voor uw gezicht (maak oogcontact), steek zelf de tong uit en maak er geluid bij zoals 'aah'. Uw baby zal u imiteren en waarschijnlijk ook zijn tong gaan gebruiken.

Aanleggen

Er kan enige zwelling zijn, wat het aanleggen tijdelijk moeilijker kan maken. Als aanleggen niet lukt: kolf dan moedermelk af en geef deze op een andere manier. Overleg dit met uw lactatiekundige. Zorg voor veel huidcontact om uw baby troost te bieden.

De 'concorde' methode is een manier om baby's met een korte of strakke tongriem meer grip te geven aan de borst. Door met uw platte hand/vinger onder uw tepel uw borst in te drukken (op de plek waar de kin van de baby zit) kan u ruimte bieden aan de baby om meer borstweefsel te kunnen aanhappen en daardoor (meer) grip te krijgen tijdens het drinken. De tepel maakt hierdoor een kanteling waardoor eventuele pijn tijdens het voeden soms kan verdwijnen.

Sommige baby's drinken gelijk beter en anderen hebben enige weken de tijd nodig om aan de nieuwe drinktechniek te wennen. Soms laat een baby compensatiegedrag zien en klemt dan met de kaken. Als er geen verbetering optreedt, kunt u deskundigen op dit gebied raadplegen en kan aanvullende therapie hierbij ondersteunen.

Contact

Neem na de behandeling contact op bij problemen of bij één van onderstaande klachten:

- Koorts (38,5°C en hoger);
- Nabloeding.

Polikliniek KNO (binnen kantooruren)

- Franciscus Gasthuis: 010 – 461 6231
- Franciscus Vlietland: 010 – 893 2310

Spoedeisende Hulp

- Franciscus Gasthuis: 010 – 461 3777
- Franciscus Vlietland: 010 – 893 0123

Vragen over nazorg, oefeningen en/of voedingen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, aarzel dan niet en stel ze gerust aan een van de lactatiekundigen van het Franciscus. U kunt ze bereiken door telefonisch contact op te nemen met 010 – 461 7516 of een e-mail te sturen naar lactatiekundige@franciscus.nl.