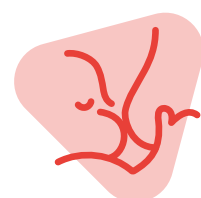


WAAROM VERMINDERT BORSTVOEDING MIJN RISICO OP HET KRIJGEN VAN BORSTKANKER?



Aangezien de meeste borstkankers hormoonafhankelijk zijn, kunnen de gunstige effecten van borstvoeding worden verklaard door veranderingen in de structuur van de borst en een lagere levenslange blootstelling aan hormonen bij de moeder.

Wat kan ik doen?



Het wordt aanbevolen dat baby's borstvoeding krijgen, zonder andere voedingsmiddelen of dranken, tot ze ongeveer 6 maanden oud zijn. Daarna wordt borstvoeding aanbevolen naast geschikte soorten en hoeveelheden ander voedsel.



Hoe langer u borstvoeding geeft, hoe meer het risico wordt verkleind.



Borstvoeding vermindert het kankerrisico van de moeder. Als u dat kunt, geef uw baby dan borstvoeding.

Tips om actie te ondernemen

1

Meer informatie over borstvoeding en de voordelen ervan tijdens de zwangerschap en na de bevalling.

2

Wees u bewust van uw borstvoedingrechten.

3

Borstvoeding geven en hulp zoeken als u problemen heeft.

4

Borstvoeding geven kan een uitdaging zijn. Concentreer u op de voordelen van borstvoeding voor uzelf en uw baby om u op de been te houden.

5

Sommige moeders kunnen om verschillende redenen geen borstvoeding geven. Wees aardig voor uzelf als dit bij u het geval is. Er zijn andere manieren om uw risico op kanker te verminderen.

Dit is een van de 12 op bewijs gebaseerde aanbevelingen in de Europese code tegen kanker. Ga voor meer informatie naar: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/nl/12-manieren



Deze factsheet is ontwikkeld door de Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) binnen het BUMPER-project. Voor meer informatie over het project kunt u terecht op bumper.cancer.eu



Gefinancierd door de Europese Unie. Mening en meningen zijn echter alleen die van de auteur(s) en komen niet noodzakelijkerwijs overeen met die van de Europese Unie of HaDEA. Noch de Europese Unie, noch de subsidieverlenende autoriteit kan hiervoor verantwoordelijk worden gesteld.

Inhoud gebaseerd op de 4e editie van de Europese code tegen kanker. Laatste update oktober 2024.

