

Borstvoeding bij te vroeg geboren baby's

Adviezen voor ouders en verzorgers

www.nwz.nl

Omdat uw kindje te vroeg geboren is, is het opgenomen op de afdeling neonatologie van de Noordwest Ziekenhuisgroep (Noordwest). Als u dat wilt, kunt u uw kindje in principe gewoon (gedeeltelijk) borstvoeding geven. In deze folder vindt u hier meer uitleg over.

■ (Borst)voeding

Als u borstvoeding wilt geven, kunt u hier in principe meteen na de bevalling mee beginnen. Ook als uw baby te vroeg geboren is en in het ziekenhuis ligt. U wordt hierbij begeleid door de verpleegkundigen en lactatiekundigen van de afdeling. Lactatiekundigen zijn deskundigen op het gebied van borstvoeding.

Infuus en/of sondevoeding

Misschien kan uw baby meteen al (gedeeltelijk) zelf uit de borst of een flesje drinken. Als dit nog niet lukt, krijgt uw baby een infuus en/of voeding via een sonde. Dit is een dun slangetje dat via de neus rechtstreeks in de maag uitkomt. Door deze sonde kan afgekolde moedermelk of kunstvoeding gegeven worden.

Uitleg over afkolven van moedermelk vindt u in de folder 'Wat je moet weten over borstvoeding'. Zie www.nwz.nl, of vraag ernaar bij de verpleegkundigen.

Wanneer kan uw baby zelf uit de borst drinken?

Wanneer uw baby zelf uit de borst kan drinken, hangt onder andere af van:

- de leeftijd van uw baby (in zwangerschapsweken)
- het gewicht van uw baby
- hoe goed uw baby zuigen, slikken en ademen op elkaar kan afstemmen
- de mate waarin uw baby voeding kan verdragen
- de energie en kracht van uw baby
- de lichamelijke omstandigheden: is uw baby bijvoorbeeld nog ziek, of moet uw baby alleen nog groeien

■ 10-stappenplan

Om uw baby zelf te leren drinken, volgt u een speciaal 10-stappenplan. Alle baby's doorlopen deze stappen, ook voldragen baby's. Een voldragen baby doorloopt de stappen snel. Maar een (veel) te vroeg geboren kindje doet er misschien meerdere weken over voordat het helemaal zelf uit de borst kan drinken. Afhankelijk van de leeftijd en de signalen van uw baby start u met de 1e stap, of meteen al met één van de volgende stappen. U vindt de 10 stappen ook op de afbeelding hieronder.



Rooming-in

U kunt op de afdeling neonatologie dag en nacht bij uw baby blijven (rooming-in). U kunt uw baby dan helemaal zelf verzorgen en ook alle (borst)voedingen geven.

Film over het stappenplan

U kunt op de afdeling neonatologie of verloskunde een filmpje bekijken over een te vroeg geboren baby die in 10 stappen zelf leert drinken. Vraag er gerust naar bij een verpleegkundige.

Stappenplan

Stap 1

Bij stap 1 is huidcontact erg belangrijk. U 'buidelt' daarom met uw baby. Dit betekent dat u uw baby bloot tegen uw eigen blote huid vasthoudt. Dit huid-op-huidcontact is belangrijk voor een goede hechting. En er is geen warmer plekje dan bij papa of mama op de blote borst. Buidelen is bovendien stimulerend voor de hartslag, ademhaling en temperatuur van uw baby. Het is belangrijk dat u beiden 1 of 2 keer per dag - om en om - minimaal een uur met uw baby buidelt. Moeders zullen merken dat de melkproductie na het buidelen groter is en dat de melk gemakkelijker toeschiet.

Stap 2, 3 en 4

Bij de volgende stappen legt u de baby tijdens het buidelen in de buurt van de borst. U laat uw baby dan een beetje snuffelen en sabbelen. U kunt een druppeltje melk uit de tepel drukken dat de baby kan oplikken. Dit gedrag past bij de fase waar uw kindje nu in zit.

Stap 5 en 6

Bij de volgende stappen stimuleert u uw baby op wakkere momenten, vaak 's avonds, om de borst echt te pakken. U kunt dit doen door een druppeltje melk uit de tepel te drukken en met de tepel langs de bovenlip van de baby te wrijven. Als uw kindje goed hapt, trekt u het naar u toe. U zult zien dat uw baby soms al even echt zuigt, en zelfs al een slokje drinkt. Houdt u er rekening mee dat het wel enige tijd duurt voordat de baby langer blijft zuigen. Verwacht dus nog niet te veel. Ook in deze fase is regelmatig buidelen belangrijk.

De voordelen van borstvoeding

Borstvoeding is in de eerste plaats goed voor de band tussen moeder en kind. Verder hebben colostrum (allereerste moedermelk) en moedermelk belangrijke voordelen:

- moedermelk wordt beter verdragen, is licht verteerbaar en verkleint de kans op infecties
- moedermelk draagt bij aan de intellectuele en motorische ontwikkeling als uw kind groter is
- colostrum en moedermelk zijn precies afgestemd op de behoefte: er zitten stoffen in die juist extra waardevol zijn voor te vroeg geboren baby's

Waardevolle stoffen in colostrum

Colostrum is de eerste moedermelk die de na de geboorte meestal druppelsgewijs op gang komt. In colostrum, en ook in moedermelk, zitten antistoffen die uw baby beschermen tegen infecties. Dit is belangrijk omdat een baby die te vroeg geboren is door de kortere zwangerschapsduur minder afweerstoffen van de moeder meekrijgt. Het afweersysteem van de baby zelf is bovendien nog onvoldoende ontwikkeld. Verder bereidt colostrum de darmen voor op het opnemen van voedsel en het beschermt de darmen tegen (ernstige) infecties. Colostrum wordt daarom ook wel de eerste inenting genoemd.

Waardevolle stoffen in moedermelk

Behalve antistoffen zitten er in moedermelk ook vitaminen, mineralen, groeifactoren en vetzuren.

Groeifactoren zijn belangrijk voor de rijping van het spijsverteringskanaal. Vetzuren zijn belangrijk voor de ontwikkeling van de hersenen en het gezichtsvermogen.

Stap 7, 8, 9 en 10

U zult merken dat uw kindje steeds krachtiger zuigt en dat u het al hoort slikken. Uw baby kan zuigen, slikken en ademen nu coördineren. Na de borstvoeding krijgt uw baby via de sonde, een cupje of een flesje nog aanvullende voeding. In deze fase is het belangrijk om goed op eventuele hongersignalen van uw baby te letten. Bijvoorbeeld:

- op een handje zuigen
- smakken
- ogen opendoen
- wakker worden

Ziet u dit, dan is dat een goed moment om uw baby aan te leggen. Dit wordt ook 'voeden op verzoek' genoemd. Hoe beter uw baby zelf uit de borst drinkt, hoe minder melk u af hoeft te kolven. Het spreekt voor zich dat huid-op-huidcontact ook in deze fase nog steeds belangrijk is.

Te vermoeiend?

Soms is het voor een baby te vermoeiend om vaak aan de borst te drinken. Uw verpleegkundige bespreekt dan met u hoe u hier het beste mee kunt omgaan.

■ Uw vragen

Heeft u tijdens de opname van uw baby vragen over borstvoeding? Neem dan gerust contact op met een lactatiekundige van Noordwest. Dat kan via een verpleegkundige van de afdeling. Of stuur een mail naar lactatiekundige@nwz.nl.

Meer informatie over borstvoeding vindt u ook in de folder '*Wat je moet weten over borstvoeding*' op www.nwz.nl.

■ **Notities**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Noordwest Ziekenhuisgroep

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

www.nwz.nl

tel 072 - 548 4444

Colofon

Redactie: lactatiekundigen Noordwest Ziekenhuisgroep
afdeling communicatie

Vormgeving vormgeving Noordwest Ziekenhuisgroep

Druk Ricoh

Artikel nr 185349/2016.04

Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie www.nwz.nl.