

Ontslag van de afdeling neonatologie

Informatie voor ouders

Van de arts en de verpleegkundige heeft u gehoord dat uw kind naar huis mag. In deze folder vindt u informatie over voeding, medicijnen en andere adviezen voor thuis.

Voeding

Hieronder leest u informatie over borst- en flesvoeding.

Borstvoeding

De verpleegkundige heeft u uitleg gegeven over het geven van borstvoeding zoals hoe vaak u kunt aanleggen, bijvoeden en het gebruik van een weegschaal. De wijkverpleegkundige begeleidt u hierbij thuis verder.

Wanneer uw kind naar huis mag en borstvoeding krijgt, is het belangrijk dat u let of uw kind voldoende voeding binnenkrijgt. Dit doet u door te kijken of uw kind:

- minimaal 6 natte luiers per 24 uur heeft
- 2 x per 24 uur ontlasting heeft. Dit geldt alleen voor de eerste 6 weken, hierna mag het minder vaak zijn
- minimaal 6 x per 24 uur goed drinkt aan de borst
- alert en tevreden is

Lactatiekundigen

Zijn er problemen of bijzonderheden met het geven van borstvoeding, dan kunt u contact opnemen met een lactatiekundige:

- op locatie Alkmaar, telefoon 072 – 548 2970
- op locatie Den Helder, 0223 – 69 6461

Bij beide krijgt u afdeling neonatologie aan de lijn, vraag dan naar de lactatiekundige. Zij verwijst u door naar een lactatiekundige bij u in de buurt. Deze kan u telefonisch of via een persoonlijk consult verder helpen. Het landelijke nummer de Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen is 0900 – 522 8284.

Flesvoeding

1. Was uw handen.
2. Zorg dat de fles goed schoon is.
3. Kijk op de verpakking van de kunstvoeding voor de juiste hoeveelheid water en voeding.
4. Vul het flesje met koud kraanwater.
5. Voeg de voeding toe. Gebruik het schepje dat bij de verpakking zit voor de juiste dosering. Voeg geen extra schepje of een schepje met een 'kop' erop in de fles. Dat is schadelijk voor uw baby.
6. Schud de fles.

7. Verwarm de fles.
8. Controleer altijd de temperatuur van de melk met een druppeltje op de binnenkant van de pols. Wanneer het ongeveer even warm is als uw huid is het goed. Als het te heet is, laat het dan even afkoelen.

Advies van de voeding van uw kind

Welke voeding:.....

Aantal voeding per 24 uur:

Hoeveelheid ml per voeding:

Advies voedingstijden:.....

De voeding mag 1 keer per week met 5 ml per voeding worden verhoogd. Hier gaat u mee door totdat de wijkverpleegkundige het voedingsschema verder uitbreidt.

Hygiëne

In verband met de hygiëne bewaart u de fles en de speen in de koelkast. Om dezelfde reden kookt u de fles, speen, fopspeen en het tepelhoedje 1 keer per 24 uur uit, gedurende 3 minuten in kokend water, met eventueel een scheutje azijn. U kunt de fles en speen ook in de vaatwasser schoonmaken met een programma van meer dan 60 graden.

BMF/Nenatal

Op basis van gewicht en leeftijd van uw kind, kan soms alleen moedermelk niet voldoende zijn. Dan adviseert de kinderarts u om extra voeding voor uw kind te gebruiken: BMF of Nenatal.

BMF (breast milk fortifier) bevat voedingsstoffen die aan de moedermelk voor prematuren en/ of dysmatuur geboren kinderen wordt toegevoegd: neem 1 zakje op 50 ml moedermelk.

Nenatal is een volledige kunstvoeding voor pre- en dysmaturen.

Bestelling

Als uw kind na ontslag nog BMF en/of Nenatal voeding nodig heeft, bestelt afdeling diëtetiek de voeding via een Facilitair Bedrijf. U krijgt de voeding per pakketpost thuisgestuurd. Deze toevoegingen en prematurenvoeding vergoedt uw zorgverzekering volledig. Heeft u thuis nieuwe voeding nodig, dan kunt u Facilitair Bedrijf bellen. Uw bestelling is dan de volgende dag in huis. Informatie en contactgegevens over Facilitaire Bedrijf treft u aan in de eerste levering. De diëtist zal de machtiging voor dieetkostenvergoeding op verzoek van de arts zo nodig en op tijd verlengen.

Medicijnen

Als uw kind medicatie gebruikt, krijgt u een medicatieoverzicht mee ondertekend door de arts.

Extra vitaminen

Vitamine K

Alle baby's die borstvoeding krijgen, krijgen vanaf de 8ste levensdag vitamine K, ook als ze BMF krijgen. Extra vitamine K is alleen nodig gedurende de eerste 3 maanden en wanneer uw kind minder dan 500 ml kunstvoeding krijgt. Vitamine K is zonder recept te verkrijgen bij apotheek en drogist. Lees voor de juiste dosering de bijsluiter. Vitamine K geeft u per lepeltje in het mondje van uw kind.

Vitamine D

Vitamine D wordt gegeven aan alle kinderen vanaf de 8ste levensdag tot en met 3 jaar. Dit is zonder recept te krijgen bij apotheek en drogist. De dosering staat in de bijsluiter van de vitamine D. U geeft de vitamine D per lepeltje in het mondje van uw kind.

Temperatuur

De slaapkamer van uw kind is tussen de 18-20 graden Celsius goed op temperatuur. Vanwege het wennen aan de temperatuur bij u thuis, adviseren wij u uw kindje de eerste 2 dagen 2 x daags te temperen.

Tussen de 36,6 en 37,4 graden is goed. Bij een temperatuur van 36,5 of lager is het prettig hem/haar te verwarmen met een kruik of een extra dekentje. Bij een temperatuur van 37,5 of hoger is het raadzaam hem/haar wat minder warm te kleden of een dekentje weg te doen.

(Voorkeurs)houding

Voor thuis wordt rugligging geadviseerd. Sommige kinderen hebben een voorkeur voor het liggen met hun hoofd naar een bepaalde kant. Hierdoor kan een voorkeurshouding ontstaan.

Wat is een voorkeurshouding?

Een voorkeurshouding is die situatie, waarin de zuigeling spontaan gedurende driekwart van de tijd met het hoofd naar een bepaalde kant kijkt of gedraaid ligt. Voor het kind is het volgen met de ogen en 180° draaien met het hoofd niet mogelijk.

Gevolgen

Een voorkeurshouding kan tot gevolg hebben dat uw kind een asymmetrische lichaamshouding (zuigelingenscoliose) of schedelasymmetrie krijgt.

Advies

Het is belangrijk dat u er tijdens het slapen van uw kind op let naar welke kant het hoofdje gedraaid ligt. U kunt als geheugensteun een speeltje afwisselend links en rechts zetten.

Als uw baby wakker is, kunt u wisselen van houding: op de buik, zit op schoot, zit in een wippertje, zijligging op links en op rechts en in verschillende houdingen met uw kind spelen. Daardoor stimuleert u de motorische ontwikkeling en voorkomt u de voorkeurshouding.

Wanneer het wisselen van houding niet verbetert en de voorkeurshouding bij een leeftijd van 4 weken tot 3 maanden steeds terugkeert, is het belangrijk dat u dit meldt bij de consultatiebureauarts of uw huisarts. Deze kan uw kind dan verwijzen naar een kinderfysiotherapeut.

Voor meer informatie hierover zie diverse sites op internet zoals www.veiligslapen.info

Naar buiten

Uw kindje mag na het ontslag direct mee naar buiten. Wij adviseren u toch hem/haar de eerste dagen in huis rustig te laten wennen.

Vervoeren in auto

Om de veiligheid van uw kind te waarborgen, adviseren wij u om uw kind in de auto in een speciaal babyautostoeltje (maxi-cosi) te vervoeren. Vervoer een kind nooit los in de auto zoals op schoot of in een reiswieg. Kijk voor meer informatie op de website van Consument en veiligheid, www.veiligheid.nl.

Bezoek

Wees voorzichtig met het toelaten van bezoek dat bijvoorbeeld verkouden is of een koortslip heeft.

Nazorg na het ontslag

Wijkverpleegkundige

U neemt zelf contact op met de wijkverpleegkundige als uw kind met ontslag gaat. Zij komt op korte termijn bij u langs. Zij doet dan een intakegesprek en nodigt u uit voor een vervolgafspraak op het consultatiebureau. Zij begeleidt u verder bij de verzorging en de zorg rondom uw kind. Met vragen over bijvoorbeeld de voeding, spugen en huilgedrag kunt u bij haar terecht.

Controle bij de kinderarts

Wanneer uw kind bij de kinderarts op controle komt, krijgt u uw afspraak:

- op locatie Alkmaar mee op een afsprakenkaart met daarop het registratie-etiket van uw kind. U heeft de afspraak op de polikliniek kindergeneeskunde, huisnummer 119, telefoon 072-548 2950
- op locatie Den Helder een brief met de afspraak op de polikliniek kindergeneeskunde, huisnummer 35, telefoon 0223-69 6905

Beide poliklinieken zijn op werkdagen bereikbaar van 8:30 uur tot 16:30 uur.

Overige instanties

Hebt u behoefte aan contact met lotgenoten, dan verwijzen wij u naar afdelingsboekje neonatologie, onder het kopje 'Meer informatie'. Hier vindt u allerlei adressen waar u met uw vragen terecht kunt.

Internet

- www.couveuseouders.nl: Vereniging van Ouders van Couveusekinderen
- www.stichtinglichaamstaal.nl: voor literatuur en video's
- www.borstvoeding.nl: Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen
- www.borstvoeding.com: voor informatie over borstvoeding
- www.lll.borstvoeding.nl
- www.wiegendood.nl
- www.veiligheid.nl

Meegekregen naar huis

- brief wijkverpleegkundige
- envelop neonatale screening
- afspraak kinderarts
- aanvraagformulier bloed- en/of röntgenonderzoek
- afspraak overige disciplines
- recepten
- medicatieoverzicht

Uw vragen

Met vragen over bijvoorbeeld voeding, spugen en/of huilgedrag kunt u bij de wijkverpleegkundige terecht. Neemt u bij medische problemen altijd eerst contact op met uw huisarts.

Enquête

Om onze zorg zo optimaal mogelijk te houden en zo nodig te verbeteren, zouden wij het fijn vinden als u de digitale enquête zou willen invullen. Zie voor meer informatie de enquête met code in het ontslagmapje.

Wij wensen u veel succes thuis,
medewerkers kinderkliniek Noordwest, afdeling neonatologie
locatie Alkmaar en Den Helder