

Inleiding

Als een baby langdurig bijvoeding nodig heeft, wat bij een te vroeg geboren baby meestal zo is, kiezen we vaak voor een fles. Drinken uit een fles vraagt om een andere zuigtechniek dan drinken aan de borst. Toch ervaart de baby het zuigen, slikken en ademen op een vergelijkbare manier.

Bied de fles aan zoals hieronder staat. Zo blijven de goede reflexen behouden en kan je baby later ook aan de borst leren drinken. Ondertussen blijft de baby oefenen met drinken aan de borst.

Klaar voor de fles?

Een baby moet wakker en alert zijn om te drinken. De voedingsreflexen moeten aanwezig zijn of op te wekken zijn. De baby moet fit genoeg zijn om te oefenen met drinken. De verpleegkundige geeft aan wanneer dit kan. Dit verschilt per dag en per moment.

Gebruik de zoekreflex. Raak met een volle speen zachtjes het wangetje naast de mondhoek of de lipjes aan. Wacht tot de baby wijd hapt en zelf naar de speen toe komt. Let erop dat de tong laag in de mond blijft. Zie ook voedingsreflexen.

Voedingsreflexen

Baby's drinken reflexmatig met behulp van voedingsreflexen. Bij sommige baby's, vooral te vroeg geboren baby's, zijn deze reflexen nog niet goed aanwezig of verdwijnen ze snel. Dan kan de baby niet goed drinken.

Om een baby te laten drinken, moet je gebruikmaken van deze reflexen. Pas als de baby deze reflexen laat zien, kan het drinken starten.

Belangrijke voedingsreflexen:

- Zoekreflex: strijk met de speen langs de mondhoek. De baby draait het hoofdje naar de prikkel. Als de baby het mondje wijd opent en de tong laag ligt, kun je de speen aanbieden.
- Zuigreflex: strijk met de speen langs de lippen, de tong of het gehemelte. Hierdoor gaat de baby zuigen.
- Slikreflex: zodra er genoeg melk achter in de mond is, slikt de baby. Bij jonge baby's hoort dit reflex sterk bij het zuigen.
- Handpalmreflex: druk ritmisch op de duimmuis van het handje. Het mondje wordt actiever, het zuigen wordt sterker en meer ritmisch.

Soms heeft een baby meer tijd nodig om deze reflexen te laten zien. Wacht geduldig op de reactie van je baby.

Coördinatie van zuigen, slikken en ademen

Voor te vroeg geboren baby's is het vaak nog moeilijk om zuigen, slikken en ademen goed te coördineren. De meeste baby's leren dit vanaf 34 weken zwangerschap. Tijdens het drinken kan een baby 'achter adem' raken of benauwd worden. Soms knoeit een baby of verslikt zich.

Vindt een baby het drinken niet prettig? Dan laat het meestal stresssignalen zien.

Stresssignalen zijn:

- fronsen
- het hoofdje wegdraaien
- onrustig bewegen
- een vuistje maken
- handjes of armpjes spreiden
- neusvleugelen
- daling van de saturatie (zuurstofgehalte in het bloed)

De verpleegkundige helpt u deze signalen te zien en te herkennen. Stop altijd met voeden als u stresssignalen ziet. Na een korte pauze kunt u vaak weer opnieuw een oefenmoment starten, als uw kind alert is en de voedingsreflexen nog op te wekken zijn. Het is belangrijk dat de oefenmomenten prettig verlopen voor zowel uw kind als uzelf.

Boeren

Tijdens en na de voeding kan het nodig zijn uw kind te laten boeren, zodat ingeslikte lucht weg kan. De behoefte hieraan verschilt per kind. Samen met de verpleegkundige ontdekt u wat uw kind prettig vindt.

Aanbieden van de fles

- Neem de baby op schoot in een halfzittende of rechte houding.
- Praat tegen de baby en probeer oogcontact te maken.
- Gebruik een speen met een trage flow. De melk mag alleen stromen als de baby zuigt.
- Lok de zoekreflex uit: strijk met de speen zachtjes over de onderlip. Wacht tot de mond wijd open gaat en de tong iets naar buiten komt. Doe dan de speen in de mond.
- Let op: de braakreflex ligt voor in de mond. Sommige baby's kunnen daardoor kokhalzen.
- Houd de fles bijna horizontaal. Zorg dat de speen net gevuld is met melk. Zo moet de baby moeite doen om melk te krijgen, net als bij de borst.
- Tijdens de voeding heeft de baby de mond wijd open om de speen en krult de onderlip naar buiten.
- De speen ligt op de tong.
- Observeer de drinktechniek en ondersteun of stimuleer waar nodig.
- Laat de baby halverwege boeren. Zet de baby rechtop of leg hem tegen je schouder en klop zachtjes op de rug.
- Laat de baby daarna verder drinken en opnieuw boeren als de fles leeg is.

Een voeding duurt gemiddeld 20 tot 30 minuten. Is de baby eerder klaar? Dan kan het gaatje in de speen te groot zijn. Duurt het langer? Dan kan het gaatje te klein zijn of de baby heeft te weinig energie om de hele fles te drinken. Als nodig wordt de rest via de sonde gegeven.

Voeden in zijligging

Drinken in zijligging is een natuurlijke houding, vergelijkbaar met drinken aan de borst. Het heeft veel voordelen ten opzichte van drinken in rugligging:

- de voeding stroomt minder snel door de zwaartekracht
- de baby kan makkelijker ademen
- de coördinatie van zuigen, slikken en ademen gaat makkelijker
- de baby verslikt zich minder snel

Zo doet u dit:

- Zorg voor een rustige omgeving.
- Zet uw voeten op een voetenbankje en leg een doek op uw benen.
- Leg het hoofd en de schouders van uw baby hoger dan de billen.
- Leg de billen van uw baby tegen uw buik. De knieën zijn licht gebogen.
- Leg de handjes van uw baby bij elkaar op borsthoogte.

Aanbieden van de fles



Lok de zoekreflex-reactie uit



Houd de fles bijna horizontaal

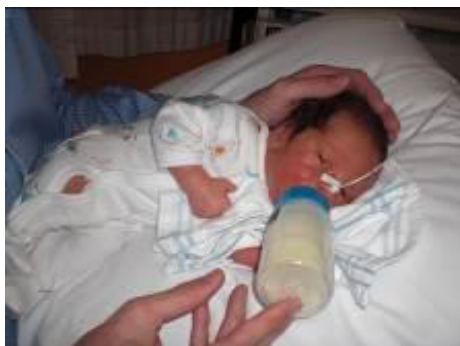


Houd de fles **niet** verticaal



Mondje wijd open, onderlip naar buiten gekruld.

Voeden in zijligging



Houd de fles horizontaal



Handen zijn bij elkaar op borsthoogte

Cupfeeding

Voeden met een cupje is een veilige methode. Het verstoort de zuig- en drinktechniek van de baby niet en brengt de borstvoeding dus niet in gevaar.

Cupfeeding geeft de baby een positieve ervaring. De baby zit bij u op schoot, dicht bij u, en er is goed oogcontact mogelijk. De baby ruikt de melk en onderzoekt met de tong. De tong en mondspieren oefenen op de juiste manier. De tong steekt daarbij over de onderlip en maakt golvende bewegingen van voor naar achter, net zoals bij het drinken aan de borst.

Ook de zoek- en slikreflex worden gestimuleerd. Cupfeeding kost de baby weinig energie en kan al heel vroeg toegepast worden, vaak nog voordat de baby uit de borst of fles kan drinken.

Een nadeel van cupfeeding is dat er geen training is in de coördinatie van zuigen, slikken en ademen. Ook wordt de zuigbehoefte van de baby niet bevredigd.

Als een baby voor korte tijd bijvoeding nodig heeft en op tijd geboren is, heeft cupfeeding de voorkeur boven andere manieren van voeden. Krijgt de baby meer dan 30 ml voeding? Dan stappen we over op de fles.



Contactgegevens

Heb je vragen? Neem bij vragen gerust contact met ons op.

Lactatiekundigen

- Voor uitgebreid advies kan er doorverwezen worden naar een lactatiekundige. Iedere maandag en donderdag is er een lactatiekundige aanwezig op de afdeling. Op andere dagen kun je vragen stellen aan de kraamverzorgende, verloskundige of verpleegkundige.
- De GGD heeft ook lactatiekundigen. GGD Jeugdgezondheidszorg (075) 651 8340

Afdelingen ZMC

- Gynaecologie/Verloskunde (075) 650 7722
- Neonatologie (075) 650 7190