



INFORMATIEBROCHURE
VOOR DE OUDERS

En nu naar huis...



Inhoud

Borstvoeding.....	3
Flesvoeding.....	4
Vitaminen en ijzer.....	7
Medicatie.....	8
Bijzondere verzorging van uw baby.....	8
De omgevingstemperatuur.....	8
Informatie voor de vroedvrouw aan huis	10
Controle.....	12



Beste ouders,

Binnenkort verlaat uw baby onze N*-dienst.

Dit is uiteraard een belangrijk moment en de kinderartsen, vroedvrouwen en verpleegkundigen van de dienst neonatologie wensen u dan ook een heerlijke tijd samen met uw kind. Toch willen we u ook thuis van dienst zijn met tips en advies omtrent de voeding en de verzorging van uw baby, eventuele medicatie en een mogelijke bijzondere nazorg. Vandaar deze brochure.

1. Borstvoeding

Wanneer u met uw baby de dienst verlaat zijn er normaler wijze geen borstvoedingsproblemen meer, en bent u reeds voldoende vertrouwd met deze voedingswijze.

Blijf er thuis echter voor zorgen dat er een ontspannen en rustige sfeer heerst op het moment dat u begint te voeden. Bouw ook voor uzelf voldoende rustperiodes in. Vermoeidheid is de grootste boosdoener voor de borstvoeding. Vraag eventueel aan derden om een handje toe te steken in de huishouding.

U mag er van uit gaan dat uw baby voldoende drinkt wanneer u hem ritmisch hoort zuigen en slikken tijdens de voeding, hij minstens 6 plasluiers per dag heeft, hij actief en tevreden is, hij de eerste 5 tot 6 weken 3 à 5 stoelgangluiers per dag heeft, de ontlasting zacht en geel/groen blijft. Het is niet nodig om uw baby voor en na elke voeding te wegen. Het consultatiebureau van Kind en Gezin, uw (kinder)arts of vroedvrouw aan huis zal u de evolutie van uw baby meedelen. Eén gewichtscontrole per 14 dagen, of eventueel per week (tijdens de eerste weken na ontslag) volstaat.

Heeft u echter te weinig melk, dan moet u flesvoeding bijgeven. Laat u hierbij helpen door een arts die u de gepaste voeding zal voorschrijven. Ook wanneer u zelf wil overstappen naar flesvoeding of vaste voeding laat u zich best begeleiden door een (kinder)arts.

Meer tips omtrent borstvoeding, bewaren van moedermelk, aanlegtechnieken, enz. kan u ook terug vinden in de folder van Kind en Gezin die u tijdens uw verblijf kreeg op de dienst materniteit. Eveneens kan een vroedvrouw aan huis jullie met raad en daad bijstaan in de opvolging van de borstvoeding.



2. Flesvoeding

A. De hoeveelheden

- Het zuigflesje wordt bij voorkeur klaargemaakt op het ogenblik van gebruik.
- Bij flesvoeding wordt melk in poedervorm gebruikt, die aangelengd moet worden met water, en dit tot een bepaalde verdunning is bereikt. De algemene regel die u hierbij moet onthouden is de volgende:
voeg 1 afgestreken maatje melkpoeder toe per 30 ml water.
2 afgestreken maatjes melkpoeder toevoegen aan 60 ml water geeft 65 ml babymelk.
3 afgestreken maatjes melkpoeder toevoegen aan 90 ml water geeft 100 ml babymelk.

Het melkpoeder dat werd toegediend aan uw baby is:

.....

Vandaag worden flessen van ml gegeven. De laatste fles werd om uur toegediend.

- Naargelang de groei en de leeftijd van uw baby zal de hoeveelheid moeten aangepast worden met bv. 5 ml per fles: van 7 x 60 ml naar 7 x 65 ml, tot 7 x 70 ml, 6 x 85...
Nadien zal het aantal voedingen per dag afnemen. Uw arts en de dienst Kind en Gezin zullen u verder assisteren bij de voedingsaanpassing.

B. Het bereiden van de voeding

1. De benodigdheden

- melkpoeder:
- zuigflessen met bijhorende speen, flessenborstel, flessenwarmer (opwarmen in microgolfoven of au bain marie kan ook)
- water:



flessenwater

- Gebruik niet-bruisend, natuurlijk mineraalarm drinkwater voor uw baby (Evian, Spa Reine, Chaudfontaine ...)
- Gebruik geen waters met een te hoog natriumgehalte (bv. Vichy, Hepar). Te veel natrium is namelijk een belasting voor de nieren van uw baby. Gebruik daarom een watersoort waarvan het natriumgehalte niet hoger is dan 50 mg per liter water.
- Gebruik water dat de vermelding 'geschikt voor de bereiding van babyvoeding' draagt. Dit kan een huiskmerk zijn of een van de genoemde merknamen.

2. Het bereiden en bewaren van de voeding

- het spreekt voor zich dat u eerst de handen wast vooraleer aan de bereiding te beginnen.
- de juiste hoeveelheid water afmeten in de zuigfles (en opwarmen indien deze werd bewaard in de koelkast).
- de maatjes melkpoeder toevoegen: het bijgeleverde maatje volscheppen en met de rechte kant van een mes het overtollige poeder afstrijken, of aan de rand, voorzien in de doos.
- het flesje sluiten en de zuigfles flink schudden gedurende minimum 15 sec.
- het klaargemaakte flesje onmiddellijk geven en nooit een tweede maal opwarmen of bewaren voor een later tijdstip.
- bewaar je doos poedermelk max. tot 1 maand na opening.
- Een geopende fles water die je gebruikt voor de bereiding van flesvoeding bewaar je max. 24u in de koelkast of op kamertemperatuur.

3. Reinigen en steriliseren

- Dagelijks de flesjes, speentjes (en evt ringen) grondig reinigen met warm water en nadien flink spoelen. Ook de flessenborstel niet vergeten!
- Wij adviseren om de flesjes voor het eerste gebruik te steriliseren en daarna dagelijks te reinigen na elk gebruik.



4. Uren van voeding

- Hou zoveel mogelijk rekening met het ritme van je baby. Soms kan het zijn dat hij of zij kort na elkaar wil drinken, om dan nadien een langere tijd te slapen.
- Indien uw baby dagelijks nog 7 voedingen drinkt, dan kan u hem best overdag gemiddeld om de 3 uur laten drinken. Zo kan u 's nachts profiteren van een uurtje extra rust, en kan u dan voeden om de 4 uur.
- Later bij 6 voedingen kan u overdag overschakelen naar ongeveer 3.5u tussen twee voedingen en 's nachts bvb een slaapblok houden van 5u.

Probeer er voornamelijk op te letten dat u per 24u aan voldoende efficiënte voedingen komt.

Natuurlijk kan uw baby de eerste dagen thuis door de verandering van omgeving tijdelijk wat aanpassingsproblemen hebben. Hierbij kan een nachtlichtje eventueel helpen.

- Nog enkele tips indien u er voor kiest om de voeding op te warmen:
 - gebruik een veilige flessenwarmer
 - bij gebruik van de microgolfoven: het flesje goed schudden en altijd eerst de temperatuur controleren aan de hand van een melkdruppel op de rug van de hand of de binnenkant van de pols.

Meer tips omtrent flesvoeding, bereiden en bewaren, enz. kan u ook terug vinden in de folder van Kind en Gezin die u tijdens uw verblijf kreeg op de dienst materniteit. Eveneens kan een vroedvrouw aan huis jullie met raad en daad bijstaan in de opvolging van de flesvoedingen.



3. Vitaminen en ijzer

Sommige baby's hebben tijdens hun eerste levensjaar meer vitaminen en/of ijzer nodig:

- D-cure® druppels druppels 1x per dag tot de leeftijd van 6 jaar.
- Ferricure® druppelsx..... druppels per dag tot de leeftijd van maanden
- Vit E 10mg: 1 capsule per dag tot de leeftijd van 2 maanden
- Vit C 25mg: 1 capsule per dag tot de leeftijd van 2 maanden
- Foliumzuur 0.1mg: 1 capsule per dag tot de leeftijd van 2 maanden
- Vit K 2mg: 1x per week op (enkel bij borstvoeding en tot de leeftijd van 3 maanden én wanneer meer dan de helft van de voedingen uit moedermelk bestaat.)
- Andere:

Het is aangewezen om de vitaminen aan uw baby steeds op hetzelfde moment van de dag te geven (bv. in de eerste fles 's morgens).

Indien er verschillende druppels, siroop, gegeven moeten worden, kunnen de eerste en tweede maaltijd hiervoor gebruikt worden. Op die manier worden deze niet vergeten!

Als uw baby makkelijk drinkt mogen de druppeltjes aan het flesje melkvoeding toegevoegd worden. Indien uw baby niet zo vlot drinkt of uitsluitend aan de borst drinkt, voegt u de druppels beter toe aan een kleine hoeveelheid melk alvorens de volledige melkvoeding te geven. U kan deze ook op een lepeltje toedienen of rechtstreeks in het mondje.



4. Medicatie

geneesmiddel	aantal maal/dag	dosis	uren	stop datum

Opmerking

(laatste tijdstip van toediening: uur)

5. Bijzondere verzorging van uw baby

.....
.....
.....

6. De omgevingstemperatuur

Let erop dat er in de kamer van uw baby geen tocht komt. De kamertemperatuur hoeft niet meer dan 20 °C te zijn. Eens uw baby het gewicht van 3 kg heeft bereikt kan u de temperatuur laten dalen tot 18 °C. Hierbij moet u wel rekening houden dat u uw baby goed aankleedt, liefst in een "gesloten" pyjama.

Gebruik centrale verwarming, een elektrische radiator of een goed afgestelde gasconvectoren.

Maak nooit gebruik van as- of gewone kachels: zij bevatten het risico van giftige gassen en bijgevolg verstikkingsgevaar voor uw kind. Ook het gebruik van elektrische verwarmingskussens en warmwaterkruiken zijn niet veilig voor uw kind.

Het is onontbeerlijk dat u de babykamer dagelijks verlucht! Natuurlijk doet u dit alleen wanneer de baby er niet is en u legt hem pas terug wanneer de kamer warm genoeg is.



Een te droge kamerlucht tast de luchtwegen van uw baby aan. U kan dit voorkomen door:

- een luchtbevochtiger in de kamer te plaatsen
- een bakje water op de radiator te zetten (niet bij een elektrische radiator)
- een paar natte doeken op de radiator te leggen (niet bij een elektrische radiator)

Vele ouders nemen in de eerste fase hun baby mee op hun slaapkamer, zeker wanneer de baby nog nachtvoeding krijgt. Bedenk dan wel dat u ook in een temperatuur van 18 – 20 °C zal moeten slapen!

Als uw baby in zijn eigen kamertje slaapt, schaft u zich het best een goede babyfoon aan. Zo kunt u alles horen wat er zich in de babykamer afspeelt.

Bij mooi weer kan u zonder problemen met uw baby buiten wandelen. Tijdens het voor- en najaar wandelt u best onder de middag, tijdens de zomer komt u bij voorkeur 's morgens en 's avonds met hem buiten.

Aangezien uw baby nog moet wennen aan de buitenlucht houdt u best de eerste uitstapjes kort! Na de wandeling meet u ook zijn temperatuur om te controleren of hij het niet te koud / te warm heeft gehad. En natuurlijk vermijdt u best hitte en mist!

Het is raadzaam te wachten tot u baby 3kg weegt vooraleer hij/zij mee op stap gaat buiten.

Heeft u nu nog vragen omtrent het veilig slapen en de juiste slaaphouding van uw baby, dan vraagt u even naar de folder "Veilig slapen" van Kind en Gezin of de folder van de afdeling. Deze folder werd u overhandigd op de dienst materniteit van het ziekenhuis. Rugligging is aanbevolen als veilige slaaphouding ter preventie van wiegedood.



7. Informatie voor de vroedvrouw aan huis

Een zelfstandige vroedvrouw kan u thuis begeleiden tijdens uw eerste dagen na de bevalling/thuiskomst van uw baby. Zij biedt de nodige zorgen na het ziekenhuisverblijf en indien nodig kan zij u ondersteuning bieden tot uw kindje één jaar oud is.

Een vroedvrouw aan huis wordt voor een groot stuk door uw ziekenfonds terugbetaald (tot 10 huisbezoeken). U betaalt enkel de verplaatsingskosten. Indien zij geconventioneerd is, kan deze terugbetaling tot 100% zijn.

Indien u wenst gebruik te maken van een vroedvrouw aan huis, kan u dit gerust bespreken met een van de collega's op dienst. Afhankelijk van uw woonplaats kan er gekeken worden en eventueel al contact opgenomen worden met een vroedvrouw bij u in de buurt.



Belangrijke informatie voor de vroedvrouw thuis:

Naam baby:
Geslacht:	<input type="radio"/> Meisje <input type="radio"/> Jongen
Geboortedatum en -uur / / Uur
Apgar:	1' 5' 10'
Zwangerschapsduur bij geboorte: weken dagen
Bevallingswijze:	<input type="radio"/> Vaginaal <input type="radio"/> Keizersnede <input type="radio"/> Ventouse <input type="radio"/> Forceps
Konakion:	<input type="radio"/> 1mg IM toegediend na geboorte <input type="radio"/> 2mg PO per week op (bij borstvoeding)
Geboortegewicht: g
Lengte bij geboorte: cm
Schedelomtrek bij geboorte: cm
Gewicht bij ontslag: g
Lengte bij ontslag: cm
Schedelomtrek bij ontslag: cm
Reden opname NICU / N*
Guthrietest	<input type="radio"/> uitgevoerd (..... / /) <input type="radio"/> gebeurd in het ziekenhuis <input type="radio"/> te doen door vroedvrouw aan huis <input type="radio"/> wensen geen

Bilirubine	<input type="checkbox"/> Bilicheck: mg/dl op / / <input type="checkbox"/> labo: mg/dl op / / fototherapie gehad: <input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEEN
Borstvoeding:	Drinkt aan de borst: <input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEEN <input type="checkbox"/> Tepelhoedje <input type="checkbox"/> bijvoeding nodig? <input type="checkbox"/> afgekolfde moedermelk <input type="checkbox"/> flesvoeding
Flesvoeding:	Type flesvoeding: <input type="checkbox"/> Nutrilon profutura 1 <input type="checkbox"/> Nan optipro 1 <input type="checkbox"/> Andere: Hoeveelheid bij ontslag: x ml
Vitaminen	Vit D: <input type="checkbox"/> 6 druppels/dag <input type="checkbox"/> 9druppels/dag <input type="checkbox"/> Vit E 10mg: 1x/dag tot leeftijd van 2 maanden <input type="checkbox"/> Vit C 25mg: 1x/dag tot leeftijd van 2 maanden <input type="checkbox"/> Foliumzuur 0.1mg: 1x/dag tot de leeftijd van 2 maanden <input type="checkbox"/> Ferricure: druppels/ dag (tot leeftijd van 6 maanden) <input type="checkbox"/> Vit K 2mg: 1x/week op <input type="checkbox"/> Andere:
Bijzonderheden tijdens de opname	<input type="checkbox"/> intubatie / CPAP / optiflow nodig gehad <input type="checkbox"/> echo schedel / nieren / hart Indicatie: <input type="checkbox"/> EKG <input type="checkbox"/> oogfundus onderzoek <input type="checkbox"/> andere onderzoeken:
Vaccinaties	<input type="checkbox"/> hepatitis B <input type="checkbox"/> Synagis <input type="checkbox"/> Andere:
opvolgonderzoeken	<input type="checkbox"/> pediater na 1 week <input type="checkbox"/> pediater na 2 weken <input type="checkbox"/> echo heupen <input type="checkbox"/> Andere:
Varia

Voor verdere bijzonderheden of bij vragen kan u altijd contact opnemen met de dienst neonatologie op het nummer: 053/72.43.02



8. Controle

Afspraak voor een eerste consultatie bij de kinderarts, zie brief met afspraak.

Plaats: Blok C+0 (gelijkvloers) OLV Ziekenhuis, campus Aalst

Wat brengt u mee:

- de volgende babyvoeding bij flesvoeding
- een nieuwe luier
- het boekje van Kind en Gezin

Past de afspraak u niet?

Gelieve ons dan tijdig te verwittigen (8u-12u en 14u-17u) op het telefoonnummer 053/72 41 55 (secretariaat kinderafdeling), waar u meteen een andere afspraak kan maken.

Wie onderzoekt uw baby?

De kinderarts, dr., die rechtstreeks betrokken is geweest bij de behandeling van uw baby op de afdeling neonatologie, en bijgevolg volledig op de hoogte is van zijn/haar voorgeschiedenis.

Waarom dit na-onderzoek?

Omwille van vroeggeboorte of andere aanpassingsproblemen, werd uw baby kort na de geboorte opgenomen op de afdeling neonatologie.

Het is voor het artsteam – dat instond voor de zorgen van uw baby – dan ook zeer belangrijk om de ontwikkeling van uw baby op te volgen en dit om vroegtijdig eventuele problemen te kunnen opsporen en te verhelpen. De overgrote meerderheid van deze baby's doen het echter uitstekend!



Wij wensen u in elk geval een prettige thuiskomst. Indien u nog vragen heeft, aarzel dan niet om een verpleegkundige/vroedvrouw of een verantwoordelijke kinderarts hierover te contacteren. U kan ons ook altijd bereiken op het telefoonnummer 053/72 43 02 (dienst neonatologie).



Met vriendelijke groeten van

De verpleegkundigen en vroedvrouwen
van de dienst neonatologie.

de kinderartsen

Dr. D. Van Gysel
Dr. B. Bruylants
Dr. E. Govaere
Dr. A.-S. Cornelis
Dr. C. Van Hemelrijk
Dr. M. de Laat
Dr. H. De Maeseneer
Dr. H. Franckx

OLV Ziekenhuis
Dienst Neonatologie
Campus Aalst
Moorselbaan 164
9300 Aalst

Contact

T. 053 72 43 02