

Borstvoeding aan de premature baby

Deze folder is bestemd voor u als ouders van een te vroeg geboren baby. Wij willen u hierbij informeren over de bijzonderheden bij het geven van borstvoeding aan de premature baby. Borstvoeding geven aan een prematuur geboren kind gaat niet vanzelf, het vraagt geduld en doorzettingsvermogen. In eerste instantie is de baby wellicht niet in staat om zelf te drinken en moet de productie van moedermelk door middel van kolven worden gestimuleerd. De baby profiteert ondertussen wel van alle gezondheidseffecten die moedermelk te bieden heeft.

In deze folder wordt u geïnformeerd over

- Het belang van moedermelk voor uw premature baby;
- Het belang van huid op huid contact;
- Het belang van kolven;
- Praktische informatie over borstvoeding geven;
- Verblijf van ouders;
- Prematuren stappenplan.

Gezondheidseffecten moedermelk

De unieke samenstelling van moedermelk valt niet na te maken. Juist voor te vroeg geboren baby's is dit extra van belang. Gelukkig geldt voor bijna alle te vroeg geboren kinderen dat ze prima uit de borst leren drinken.

Het belang van moedermelk voor uw premature baby

- Colostrum (de eerste moedermelk direct na de geboorte) bevat hoge concentraties antistoffen en vitaminen en mineralen;
- Colostrum bereidt de darmen voor op het opnemen van voedsel en beschermt de darmen tegen infecties.
- Antistoffen bieden bescherming tegen infecties. Een premature baby heeft door de kortere zwangerschapsduur minder antistoffen van de moeder meegekregen en het eigen afweersysteem is nog onvoldoende ontwikkeld;
- Door de laxerende werking van het colostrum raakt de baby meconium sneller kwijt en is de kans op geelzucht kleiner;
- Moedermelk bevat groeifactoren. Deze zijn van belang voor de rijping van het spijsverteringsstelsel;

- Moedermelk bevat de juiste vetzuren die nodig zijn voor een goede hersenontwikkeling en gezichtsvermogen;
- Moedermelk wordt beter verdragen en is licht verteerbaar;
- Borstvoeding bevordert de hechting tussen moeder en haar baby;
- Borstvoeding geven kan alleen de moeder doen.

Preterme moedermelk

De moedermelk die u maakt voor uw te vroeg geboren baby is anders van samenstelling dan de rijpe moedermelk die een moeder aanmaakt als ze omstreeks de uitgerekende datum bevallen is. Deze preterme moedermelk is extra waardevol bij de ontwikkeling van het nog onrijpe darmstelsel, zenuwstelsel, longen en hersenen. Het bevat meer voedingsstoffen en meer antistoffen om uw baby te beschermen tegen infecties. Na verloop van de eerste twee tot vier weken gaat preterme melk vanzelf over in rijpe moedermelk.

Toevoegingen in de moedermelk

Bij baby's met een laag geboortegewicht kan het voorkomen dat zij, ondanks dat ze preterme moedermelk krijgen langzamer groeien dan gewenst. Om toch van alle positieve eigenschappen van de moedermelk gebruik te maken wordt aan de afgekolfde melk een tijdelijke een moedermelk versterker toegevoegd.

Het belang van huid op huid contact

Huid op huid contact zorgt voor een direct contact. De borst is de plek waar de baby zich

Almelo

Zilvermeeuw 1
Postbus 7600
7600 SZ Almelo

Hengelo

Geerdinksweg 141
Postbus 546
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

het prettigst voelt. Door veel te buidelen (kangoeroeën) wordt de hechting met uw baby bevorderd. De band die gevormd wordt zorgt voor een veilige basis voor de rest van het leven. In verband met de veiligheid tijdens huid op huidcontact is het belangrijk dat één van de beide ouders wakker is en blijft. Ouder en baby half rechtop zitten en niet plat liggen zodat de baby goed kan blijven ademen. En dat één van de ouders aandacht voor het kind heeft.

Door het geluid van de hartslag, een bekende stem, de warmte en de geur zorgen ervoor dat uw baby zich veilig zal voelen. Huid op huid contact zorgt ervoor dat de bloeddruk beter wordt, de baby beter zuurstof op kan nemen en het maagdarmsstelsel de melk beter op kan nemen. U kunt hierbij gebruik maken van het kangoeroevest. Een filmpje hierover is te zien op www.zgt.nl, u gaat naar neonatologie en dan naar folders en voorlichting. Ook de folder randpremature/dysmature baby is hier te vinden.

Het belang van kolven

Een prematuur geboren baby kan (meestal) niet zelf drinken. Om uw baby toch moedermelk te geven, zullen wij u begeleiden in het afkolven van moedermelk.

Binnen 1 uur na de bevalling starten met kolven

Wij streven ernaar om u binnen een uur na de bevalling te ondersteunen bij het opstarten van het kolven. U mag hier ook zelf naar vragen. Als u binnen een uur begint met kolven, komt de moedermelkproductie sneller op gang en kunt u vaak meer melk afkolven. Soms lukt deze snelle start niet door drukte rond de bevalling. Is dit het geval, probeer dan in ieder geval binnen zes uur na de bevalling te kolven, ook in de nacht. Op dit tijdstip zou u anders uw baby voor het eerst aanleggen.

Kolven met de hand tijdens de eerste dagen

De eerste dagen na de bevalling is het nuttig om met de hand colostrum af te kolven. De verpleegkundige kan u deze techniek leren. Door het kolven met de hand krijgt u meer moedermelk uit uw borsten en stimuleert u het op gang komen van de productie.

Ontspanning, warmte, massage van de borst en tepelhof en rugmassage (partner) kunnen helpen. Ook kolven in de buurt van uw baby of vlak na het kangoeroeën kan helpen om de melkproductie te stimuleren. Als het toeschieten is belemmerd of de melkproductie is op dag 4 of 5 nog niet op gang, is het verstandig om dit met de verpleegkundige of de lactatiekundige te bespreken. Voor meer informatie over kolven raden wij u aan de folder 'Afkolven van moedermelk' door te nemen.

Praktische informatie over borstvoeding

Bewaren en meenemen moedermelk

Als u moedermelk van thuis meeneemt, let dan op de volgende punten:

- Houdbaarheid;
- Neem de melk mee in een koeltas;
- Voorzie de flesjes met moedermelk van naam, datum en tijd;
- Neem voldoende verse voeding voor 24 uur mee of voldoende tot het volgende bezoek en vries de rest thuis in;
- Ga hygiënisch om met kolfmateriaal.

Manieren van bijvoeden

Er is vervangende kunstvoeding beschikbaar op de afdeling, als u (nog) niet voldoende melk kolft. In de folder 'Borstvoeding' kunt u meer lezen over bijvoeden en de verschillende manieren van bijvoeden. Voor premature en zieke baby's die nog moeten 'leren' drinken is er een speciale folder 'Leren drinken'. Wanneer u gebruik wilt maken van donormoedermelk kunt u hierover informatie van ons ontvangen.

Fopspeen

Voor een zieke of prematuur geboren baby kan een fopspeen een belangrijke bron van troost en pijnstilling zijn. Daarom krijgt een prematuur geboren baby met een voldoende ontwikkelde zuigbehoefte, waarbij de moeder niet altijd aanwezig is om aan die zuigbehoefte te voldoen, soms een fopspeen aangeboden. De fopspeen bevredigt de zuigbehoefte van de baby waardoor hij rustiger is en beter groeit. Bij voorkeur is echter dat de moeder aanwezig is om de baby te troosten.

Verblijf van ouder(s)

Het is mogelijk om bij uw baby op de kamer te verblijven. Meer informatie over de afdeling en gezinsgerichte zorg kunt u vinden in de folder 'Afdeling moeder en kind'. Des te meer u bij uw baby bent, des te sneller leert u uw baby kennen en herkent u de voedingssignalen. Dit bevordert het slagen van de borstvoeding en de hechting.

Prematurenstappenplan

Op de afdeling werken wij met het prematuren stappenplan voor borstvoeding, om uw baby op deze manier in kleine stappen aan de borst te leren drinken.

Stap 1 Huid-op-huid contact

Het belang van huid op huid contact staat beschreven op bladzijde twee.

Stap 2 Mond en neus tegen tepel

Bij het kangoeroeën kunt u het mondje en neusje van de baby ter hoogte van de tepel leggen. De baby zal de moedermelk ruiken en nieuwsgierig worden en misschien gaan zoeken.

Stap 3 Beetje melk laten proeven

Als uw baby ter hoogte van de tepel ligt kunt u met uw hand voorzichtig wat melk uit de borst duwen of drukken. De baby ruikt deze druppeltjes melk die op de tepel zitten en zal daar geïnteresseerd in raken. Het zal misschien ook voorzichtig wat melk oplikken. Een grote, belangrijke stap!

Stap 4 Ruiken en sabbelen

De baby laat steeds vaker zien dat het wil gaan drinken. Eerst zal het voorzichtig likken, later opent het de mond. De baby vindt het heerlijk om druppeltjes moedermelk te proeven.

Stap 5 Zoekreflexen stimuleren

In deze fase gaat de baby aanhappen. Leg het goed ter hoogte van de tepel, streel met de tepel over het bovenlipje. De baby zal de mond wijd openen en de tong over de onderlip naar buiten steken. Dit is het moment om de baby in het geheel voorzichtig dichterbij te schuiven zodat het kan happen en de borst ver genoeg in de mond kan nemen. Vaak zie je wel dat dit nog een oefening is: de baby hapt en laat weer los, hapt en laat weer los.

Stap 6 Wakker en alert; voor het eerst zuigen

Uw baby zal, mits het goed wakker is, op een goed moment aanhappen en niet meer loslaten. Het zal dan ook voor het eerst zuigen. Deze fase kan lang duren. Vorm de tepel en de borst goed voor, richting het neusje van de baby, zodat de tepel in het mondje het gehemelte prikkelt tot een zuigreflex, het gaat dan automatisch zuigen. Een tepel die niet ver genoeg in de mond komt zal het gehemelte dus niet prikkelen. Er komt dan geen zuigreflex en de baby gaat dus niet zuigen. Lukt het met voorvormen van de borst niet voldoende, dan is het mogelijk om tijdelijk een tepelhoed* te gebruiken, omdat deze altijd lichtjes het gehemelte raakt en zo de zuigreflex prikkelt. Probeer elke voeding eerst de baby zonder tepelhoed aan te leggen, lukt dit na een aantal pogingen niet, gebruik dan een tepelhoed. Er kan ook voorkomen dat de baby te weinig borstweefsel in de mond neemt, alleen het puntje van de tepel. *Zie ook de folder 'Gebruik van een tepelhoed'.

Heeft u een tijdlang achtereen de tepelhoed

gebruikt en kan uw baby de voorgevormde borst ook goed vastpakken en daaraan drinken? Dan wordt het tijd om het gebruik ervan ook weer af te wennen. Let op als u voedt met een tepelhoed dat de baby nu ook voldoende borstweefsel in de mond neemt. Meer borst = meer drinken en ook de borst beter legen.

Stap 7 Vasthouden van de tepel en tepelhof; zuigen en slikken: drinken!

Nu is het zover. Uw baby drinkt bij u aan de borst. Het houdt in deze fase de tepel met de tepelhof goed vast en zuigt, eventueel met behulp van een tepelhoed. Bovendien zie en/of hoor je het slikken. De eerste voedingen zullen vaak niet meer dan een paar slokjes zijn. Maar het is beslist een goed begin!

Stap 8 Borstvoeding geven; inschatten en minderen van de sondevoeding

Zodra de baby echt effectief bij u uit de borst drinkt, mag u proberen in te schatten hoeveel de baby drinkt. U kunt dit doen door naar de slikbewegingen te kijken. U ziet het kaakje lange teugen maken en het oortje beweegt dan vaak mee. Hoe langer de baby dit goed doet, hoe meer het dus drinkt. U zult zien dat hij steeds meer uit de borst drinkt en dus minder sondevoeding nodig heeft. Ter ondersteuning gebruiken we hierbij een weegschaal.

Stap 9 Borstvoeding deels op verzoek

In deze fase zijn jullie al thuis of in ieder geval bijna thuis. De baby zal vaak bij u drinken maar het zal misschien nog niet helemaal lukken om alles zelf uit de borst te halen. Het kan zijn dat de baby bij gevoed wordt met de sonde of met de fles. Wel is het belangrijk dat als uw baby de borst niet goed leegdrinkt na te kolven.

U voedt wellicht nog met een tepelhoed, dit kunt u proberen te gaan afwennen. Belangrijk is dat de baby de borst goed leegt bij gebruik

van de tepelhoed, vooral als je het (na)kolven gaat afbouwen of stoppen. Zie ook stap 6.

Borstvoeding bij ontslag

Er zijn verschillende mogelijkheden rondom het ontslag. Soms drinkt een baby alle moedermelk uit de borst, soms wordt dit gecombineerd met moedermelk in de fles en soms gaat de baby met sondevoeding naar huis. Dit noemen we het sondevoedingstraject. Deze verschillende opties worden gedurende het ziekenhuisverblijf besproken.

Als de baby meer aan de borst gaat drinken is het verstandig de melkproductie langzaam af te stemmen op iets meer dan de baby drinkt. Het is handig om hier voordat u met ontslag naar huis gaat al mee te beginnen. Het kan zijn dat u de productiehoeveelheid wat moet gaan afremmen om in balans te komen met wat uw baby nodig heeft. De baby zal dan ook meer tevreden zijn, omdat het vetgehalte beter afgestemd is op wat de baby vraagt. Als u niet voldoende melk voor uw baby heeft, of juist een overproductie kunt u de verpleegkundige of zo nodig de lactatiekundige raadplegen.

Lactatiekundigen ZGT

Telefoonnummer 088 708 55 51
In ZGT zijn drie lactatiekundigen IBCLC werkzaam. Deze zijn (buiten vakantieperiodes om) dagelijks aanwezig.

Zijn er buiten de kantoortijden vragen kunt u bellen naar 06-20705391. Spreek vooral de voicemail in.

Voor meer informatie verwijzen we u naar onze website.

Borstvoedingsorganisaties

De VBN en LLL zijn vrijwilligersorganisaties die op verschillende manieren werken aan het vermaatschappelijken van borstvoeding in Nederland. De medewerkers staan door hun (ervarings)deskundigheid en gedegen

(bij)scholing dicht bij hun doelgroep. Het basisprincipe van deze organisaties is het moeder tot moeder contact. De vrijwilligers zijn regelmatig aanwezig bij borstvoeding- en mammacafé's.

Beide organisaties zijn op Facebook laagdrempelig te bereiken.

Vereniging Borstvoeding Natuurlijk

www.borstvoedingnatuurlijk.nl

La Leche League

www.lalecheleague.nl

**Nederlandse Vereniging van
Lactatiekundigen**

www.nvlborstvoeding.nl