

## Leren drinken

Uw baby is te vroeg geboren of heeft om een andere reden moeite met drinken. Om het drinken goed te leren is het van belang dat uw baby op de juiste en op steeds dezelfde manier oefent met drinken. Een goede drinktechniek kan voedingsproblemen voorkomen. In deze folder geven wij u informatie hoe u uw baby het beste kunt voeden.

### Borstvoeding of kunstvoeding

Moedermelk is voor een pasgeborene de meest natuurlijke en daarom de meest geschikte voeding. Het alternatief is kunstvoeding.

### Borstvoeding

Het drinken aan de borst is een natuurlijke manier van voeden.

De melk zal niet direct toestromen en de baby kan de melkstroom zelf reguleren.

De beste houding voor de baby is de houding waarbij de baby de schouders en beide armen naar voren heeft. De verpleegkundige en lactatiekundige begeleiden u bij het geven van borstvoeding.

### Flesvoeding

Als u kiest voor kunstvoeding, overlegt de verpleegkundige met u welke voeding u wilt gaan geven. Op de afdeling hebben we verschillende soorten voeding.

De kunstvoeding op de afdeling wordt 'kant-en-klaar' aangeleverd door de fabrikant. U krijgt voor iedere voeding een nieuw flesje aangereikt omdat deze maar eenmaal verwarmd mag worden in de magnetron. Ook kunt u er voor kiezen om afgekolfde moedermelk met de fles te geven.

De verpleegkundige zal aangeven hoeveel uw baby mag drinken. De voedingstijden worden bepaald in overleg met u en in het belang van uw baby.

Als uw baby begint met drinken uit de fles, wordt er in eerste instantie meestal gekozen voor een ziekenhuisspeen. Deze speen is voor

eenmalig gebruik. De verpleegkundige of logopedist adviseert u bij het kiezen van een eigen fles en speen. Vaak wordt gekozen voor een speen met een lage 'flow' zodat de melkstroom niet te snel gaat. Blijkt dat ondanks dit advies de melkstroom nog te snel gaat kan de logopedist in consult gevraagd worden.

Voor meer informatie verwijzen we u naar de informatiefolder 'Flesvoeding'.

### Voedingsreflexen

Om te kunnen drinken moet de baby goed wakker en alert zijn, en voldoende energie hebben om te starten met het oefenen. De verpleegkundige, lactatiekundige of logopedist begeleiden u in het herkennen van deze signalen. Dit kan per voedingsmoment en per dag verschillen.

Baby's drinken reflexmatig. Vooral bij te vroeg geboren baby's zijn deze reflexen nog onvoldoende ontwikkeld en de reflexen doven sneller uit bij vermoeidheid.

Pas als de baby voedingsreflexen laat zien kan met drinken worden gestart. Soms duurt het even voor de baby voldoende reflexactiviteit laat zien. Neem de tijd om reactie van uw baby af te wachten.

### Zoekreflex

Strijk met de tepel of speen langs de mondhoeken of bovenlip, de baby draait zijn hoofd in de richting van de prikkel. Als de baby de mond wijd opent en als de tong laag in de mond ligt, kan de tepel of speen aangeboden worden.

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 [facebook.com/ZGTinfo](https://facebook.com/ZGTinfo)

 [twitter.com/ZGT\\_info](https://twitter.com/ZGT_info)

 [linkedin.com/company/zgt](https://linkedin.com/company/zgt)

 [youtube.com/user/ZGTinfo](https://youtube.com/user/ZGTinfo)

 [zgt.nl](https://zgt.nl) - [zgt.nl/mijnzgt](https://zgt.nl/mijnzgt)

### Zuigreflex

Door met de tepel of speen langs de lippen, tong en/of gehemelte te strijken wordt een zuigreflex opgewekt.

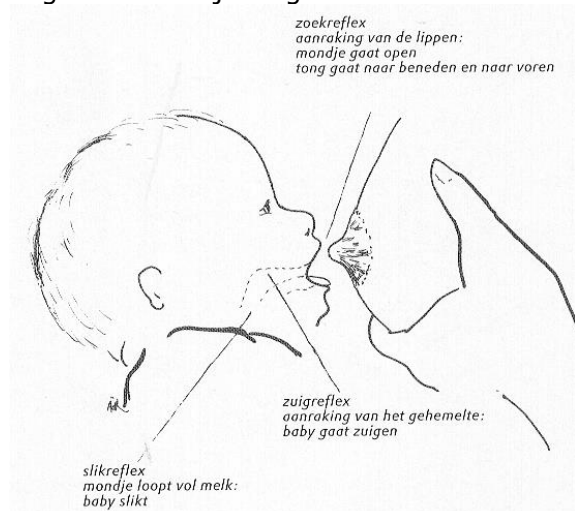
Als er voldoende voeding achter in de mond verzameld is volgt een slikreflex. De slikreflex is bij jonge baby's sterk gekoppeld aan het zuigen.

### Handpalmreflex

Door ritmisch druk te geven op de duimmuis van de hand van de baby kan het zuigen worden gestimuleerd.

### Drinken aan de borst

De verpleegkundige en/of lactatiekundige begeleiden u bij het geven van borstvoeding.



### Het geven van de fles in zijligging

In zijligging drinken is een natuurlijke houding (te vergelijken met het drinken aan de borst) met veel voordelen ten opzichte van drinken in rugligging.

- De voeding loopt door een andere uitwerking van de zwaartekracht minder snel.
- De baby kan soms gemakkelijker ademen
- De coördinatie van het zuigen, slikken en ademen verloopt gemakkelijker.
- De baby verslikt zich minder snel.

Belangrijk is dat de baby in een ronde houding ligt, met de schouders naar voren (foetushouding). Het hoofdje ligt hoger dan de billen. Voor deze houding kunt u gebruik maken van een voedingskussen en/of een voetenbankje.

### Coördinatie van zuigen, slikken en ademen

Het coördineren van zuigen, slikken en ademen kan vooral voor te vroeg geboren baby's nog moeilijk zijn. De meeste zuigelingen beginnen dit vanaf ongeveer 34 weken zwangerschap te ontwikkelen. Daarom kan de baby tijdens het drinken 'achter adem' komen, benauwd worden, gaan knoeien of zich verslikken. Laat de baby stress signalen zien dan is het goed de zuigreeks te onderbreken. Dit kan door de speen van de tong af, richting de wangzak te verplaatsen. Soms is het nodig de speen helemaal uit de mond te halen. De verpleegkundige of logopedist zal u hierin begeleiden.

### Stress-signalen kunnen zijn:

- Fronsens
- Hoofd wegdraaien
- Onrust
- Vuistjes maken
- Spreiden van handen en armen
- Neusvleugelen
- Daling van het zuurstofgehalte in het bloed (saturatie)

De verpleegkundige, lactatiekundige of logopedist begeleiden u in het herkennen van deze stress-signalen. Als uw baby nog goed alert is en de voedingsreflexen nog goed op te wekken zijn kan na een korte pauze opnieuw een oefenmoment gestart worden. Het is belangrijk dat de voedingsmomenten prettig verlopen voor zowel uw kind als uzelf.

### Boeren

Tijdens en na de voeding kan het nodig zijn uw baby te laten boeren om de ingeslikte lucht kwijt te raken. De behoefte hieraan verschilt per kind. Samen met de verpleegkundige kunt u herkennen wat uw kind prettig vindt.

Om uw kind te laten boeren kunt u het laten 'zitten' op de billen, iets naar voren laten 'hangen', steunend met het borstbeen op uw hand. De romp licht draaien naar links of rechts en zacht wrijven of kloppen op de rug.

### **Hulp en advies**

Afhankelijk van of u borst- of kunstvoeding geeft of van het drinkprobleem kan de verpleegkundige, lactatiekundige of logopedist u helpen. Zij kijken ieder met een eigen blik naar de optimale voedingsmogelijkheden voor uw kind. Ook na ontslag is begeleiding door een pre-verbale logopedist indien nodig mogelijk. U kunt dit met de kinderarts overleggen.

Overige ZGT patiënteninformatiefolders:

- Flesvoeding
- Borstvoeding aan de prematuur geboren baby
- Borstvoeding aan de randpremaature of dysmaature baby
- Borstvoeding en diabetes mellitus

### **Lactatiekundigen**

Lactatiekundigen ZGT zijn IBCLC gecertificeerd.  
Telefoonnummer 088 708 55 51

### **Logopedie**

Logopedisten ZGT zijn pre-verbaal gecertificeerd.  
Telefoonnummer 088 708 33 15

### **Algemene opmerking**

Deze folder bevat veel specifieke informatie en kan niet zonder begeleiding van een verpleegkundige, lactatiekundige of logopediste aan ouders gegeven worden. Uitleg hierbij is van belang.