

Borstvoeding aan de premature baby

Met deze folder willen wij u informeren over het geven van borstvoeding aan uw premature baby. Borstvoeding geven aan een te vroeg geboren baby 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 informeren wij u 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;
- Een premature baby heeft door de kortere zwangerschapsduur minder antistoffen van de moeder meegekregen en het eigen afweersysteem is nog onvoldoende ontwikkeld. Antistoffen bieden bescherming tegen infecties;
- 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

Uw moedermelk is anders van samenstelling dan de rijpe moedermelk die een moeder aanmaakt als ze omstreeks de uitgerekende datum bevallen is. De 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

Om van alle positieve eigenschappen van de moedermelk gebruik te maken, wordt aan de afgekolfde melk een tijdelijke een moedermelk versterker toegevoegd. Moedermelk versterker bevat extra vitaminen en mineralen.

Almelo

Zilvermew 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 belang van huid op huid contact

De borst is de plek waar de baby zich 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. Voor de veiligheid tijdens huid op huidcontact is het belangrijk dat één van beide ouders wakker is en blijft zodat diens aandacht volledig op de baby gericht is. Half rechtop zitten is ook belangrijk. Zo kan de baby goed blijven ademen.

Het geluid van uw hartslag, uw bekende stem, uw warmte en geur zorgen ervoor dat uw baby zich veilig voelt. Huid op huid contact zorgt voor een betere bloedsuiker, betere opname van zuurstof en betere opname van de melk door het maagdarmsstelsel. U kunt hierbij gebruik maken van het kangoeroevest. Een filmpje hierover is te zien op zgt.nl, via de pagina neonatologie en dan 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, begeleiden wij u 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. Dan 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 de melkproductie.

Ontspanning, warmte en massage van de borst en tepelhof 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 belemmerd is of de melkproductie is op dag 4 of 5 nog niet op gang gekomen, 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'. Als u gebruik wilt maken van donormoedermelk, informeren wij u hierover.

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 soms een fopspeen aangeboden. De fopspeen bevredigt de zuigbehoefte van de baby waardoor hij rustiger is en beter groeit.

Verblijf van ouder(s)

Het is mogelijk om bij uw baby op de kamer te verblijven. Meer informatie over de afdeling en gezinsgerichte zorg vindt u 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 de tepel 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 de druppeltjes melk op de tepel en zal daar geïnteresseerd in raken. Het likt misschien ook voorzichtig wat melk op. 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 het onderlipje 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. De baby oefent nog: het 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 zuigt dan ook voor het eerst. 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, prikkelt het gehemelte niet, dus komt er geen zuigreflex. Lukt het met voorvormen van de borst niet, dan is het mogelijk om tijdelijk een tepelhoed* te gebruiken, omdat de tepelhoed 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. Het kan ook 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 een tepelhoed. Bovendien zie en/of hoor je het slikken. De eerste voedingen zijn vaak niet meer dan een paar slokjes. 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 het 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 lukt misschien nog niet helemaal 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, u na kolft. 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 en soms wordt dit gecombineerd met moedermelk in de fles. Soms gaat de baby met sondevoeding naar huis. Dit noemen we het sondevoedingstraject. Deze verschillende opties bespreken we tijdens het ziekenhuisverblijf.

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 gaat, al mee te beginnen. Het kan zijn dat u de productiehoeveelheid wat moet afremmen om in balans te komen met wat uw baby nodig heeft. De baby is dan ook meer tevreden, omdat het vetgehalte beter afgestemd is op wat de baby vraagt. Als u niet voldoende melk voor uw baby heeft, of juist een overproductie, dan kunt u de verpleegkundige of de lactatiekundige raadplegen.

Lactatiekundigen ZGT

Telefoonnummer 088 708 55 51
In ZGT zijn drie lactatiekundigen IBCLC werkzaam. Zij zijn (buiten vakantieperiodes om) dagelijks aanwezig. Heeft u buiten kantoortijden vragen, dan kunt u bellen naar 06 20 70 53 91. Spreek vooral de voicemail in. Voor meer informatie verwijzen we u naar onze website.

Borstvoedingsorganisaties

De LLL is een vrijwilligersorganisatie die op verschillende manieren werkt 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 organisatie is het moeder tot moeder contact. De vrijwilligers zijn regelmatig aanwezig bij borstvoeding- en mammacafé's. De organisatie is via sociale media laagdrempelig te bereiken.

La Leche League

lalecheleague.nl

Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen

nvlborstvoeding.nl

Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: zgt.nl/mijnzgt.