

## 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 belangrijk 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 voor borstvoeding is voeden met de fles met afgekolfd moedermelk of kunstvoeding.

### Voeden met de fles

De kunstvoeding op de afdeling wordt 'kant-en-klaar' aangeleverd. U krijgt voor iedere voeding een nieuwe fles, omdat deze maar een keer verwarmd mag worden. De verpleegkundige bespreekt met u hoeveel uw baby ongeveer drinkt. De voedingstijden worden bepaald in overleg met u en in het belang van uw baby.

### Fles en speen

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 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. Wanneer blijkt dat ondanks dit advies de melkstroom nog te snel gaat, kan de logopedist om een consult gevraagd worden.

Voor meer informatie verwijzen we u naar de informatiefolder 'Kunstvoeding en voeden per fles'.

### Voedingsreflexen

Om te kunnen drinken moet de baby goed wakker en alert zijn en voldoende energie hebben om te starten met (leren) drinken. De

verpleegkundige begeleidt 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 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 speen aangeboden worden.

#### *Zuigreflex*

Door met de 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.

### **Prikkelverwerking**

Het wordt steeds duidelijker dat er rekening gehouden moet worden met de persoonlijke behoefte van iedere baby. Wij streven ernaar om vervelende prikkels voor uw baby zoveel mogelijk te voorkomen en te verminderen.

#### 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

Dit zijn bijvoorbeeld harde geluiden, veel licht en verstoringen van de slaap. Dit noemen wij ontwikkelingsgerichte zorg. De verpleegkundige kijkt samen met u als ouders naar de verschillende stresssignalen die de baby kan laten zien. Hierop wordt bijvoorbeeld de baby getroost, meer begrenzing of rust gegeven. Ook helpen wij u vermoeidheidssignalen en hongersignalen te herkennen.

### 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 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 hoofd ligt hoger dan de billen. Voor deze houding kunt u gebruik maken van een voedingskussen en/of een voetenbank.

### 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 begeleidt u hierin.

*Stress-signalen kunnen zijn:*

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

De verpleegkundige of logopedist begeleidt u in het herkennen van deze stress-signalen. Als uw baby 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. 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 het drinkprobleem kan de verpleegkundige 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 preverbaal logopedist indien nodig mogelijk. U kunt dit met de kinderarts overleggen.

Overige ZGT patiënteninformatiefolders:

- Borstvoeding;
- Kunstvoeding en voeden per fles;
- Borstvoeding aan de prematuur geboren baby;
- Borstvoeding aan de randprematuur of dysmatuur baby;

### **Lactatiekundigen**

De lactatiekundigen van ZGT zijn IBCLC gecertificeerd.

Telefoonnummer 088 708 55 51.

### **Logopedie**

De logopedisten van ZGT zijn preverbaal gecertificeerd.

Telefoonnummer 088 708 33 15.

### **Algemene opmerking**

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

### **Check het dossier van uw kind op MijnZGT**

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van het medisch dossier van uw kind inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij hebben klaargezet. Voor meer informatie verwijzen we u naar de informatiefolder '[Folder MijnZGT machtiging ouders](#)'.