

ABC van de borstvoeding



ABC van de borstvoeding

Waarom borstvoeding?

- Borstvoeding geven is het natuurlijk vervolg op uw zwangerschap en bevalling.
- Iedereen kan (leren) borstvoeding geven.
- De borstvoedingshormonen geven de moeder-kindbinding een extra duwtje in de rug en doen uw baarmoeder beter samentrekken.
- Moedermelk is aangepast aan de specifieke behoeften van uw kindje.
- Antistoffen en andere stoffen in moedermelk beschermen uw baby tegen ziekten.
- Lang borstvoeding geven biedt bijkomende voordelen voor uzelf (zoals minder kans op bepaalde vormen van kanker) en voor uw kindje (zoals minder kans op allergie).

Beginnen met borstvoeding

- Een uur ononderbroken huid-op-huidcontact onmiddellijk na de geboorte stimuleert de voedingsreflexen bij uw baby en zo de eerste borstvoeding.
- Huid-op-huidcontact brengt uw baby ook tot rust en houdt hem warm waardoor hij minder energie verbruikt. Huid-op-huid stimuleert daarenboven de moeder-kindbinding.
- Bij een geplande keizersnede kunnen moeder, baby en partner samen blijven en wordt zo snel mogelijk gestart met huidcontact.

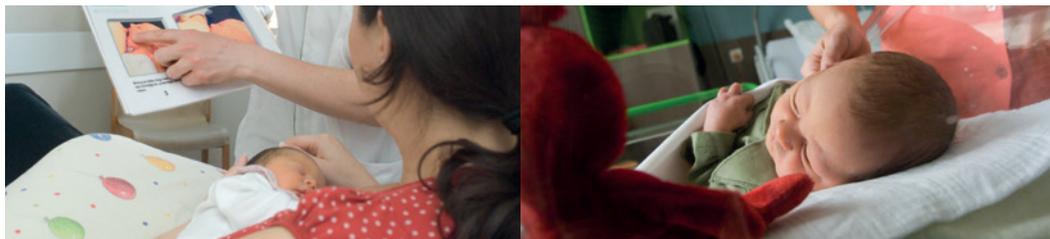


Chemie van het aanleggen

Een goede aanlegtechniek is belangrijk voor het succes van de borstvoeding en helpt tepelkloven voorkomen. Wij helpen u graag met professioneel advies en praktische tips!



Zoek een voor u comfortabele borstvoedingshouding die u helpt om uw baby zelf correct te leren aanleggen.



Borstvoeding op vraag van uw baby

Dit is een basisprincipe om gedurende de ganse borstvoedingsperiode voor ogen te houden. De eerste dagen na de geboorte kunt u bovendien best reageren op vroege hongersignalen van uw baby zoals wakker worden, rondkijken, zuigen op het vuistje ... Wenen is een laat hongersignaal en kan de beginnende borstvoeding bemoeilijken.

Onthoud dat hoe meer u uw baby aan de borst legt, hoe groter het melkaanbod is. Hierbij is de frequentie van aanleggen belangrijker dan de duur. De eerste dagen minstens acht keer aanleggen, stimuleert de borstvoedingshormonen optimaal.

Altijd samen, dag en nacht

Wanneer moeder en kind dag en nacht bij elkaar zijn, reageert de moeder beter op vroege hongersignalen van haar baby en is ze geneigd hem meer aan te leggen.

De waarde van borstvoeding

Borstvoeding is de beste voeding voor een pasgeborene tot de leeftijd van zes maanden. Pas nadien heeft uw baby aanvullende voeding nodig maar blijft borstvoeding waardevol.

Bijvoeding verstoort de bescherming die borstvoeding biedt tegen ziekten en kan ook uw melkproductie doen afnemen. Daarom wordt gedurende uw ziekenhuisverblijf geen bijvoeding gegeven aan uw baby, tenzij om medische redenen.



Vermijd (fop)spenen

U kunt de eerste weken beter geen fopspeen geven tot de borstvoeding goed loopt. Fopspeengebruik kan de voedingsfrequentie en de melkproductie negatief beïnvloeden. Eventuele bijvoeding geven we met een lepeltje, spuitje of cup ...

Als u niet rechtstreeks kunt aanleggen

Als uw baby niet aan de borst kan, kan afkolven de melkproductie in stand houden. Naargelang de situatie kunt u manueel of machinaal kolven.

Hulp bij borstvoeding als u naar huis gaat

Eénmaal thuis kunt u met uw vragen terecht bij verschillende instanties. U vindt ze terug in de brochure 'Ondersteuning na het kraamverblijf'.



Contact

Materniteit

Straat 3

T 09 224 51 03

artikel 5.818 | Laatste update: aug 2020

Deze brochure werd ontwikkeld voor gebruik binnen AZ Sint-Lucas Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het ziekenhuis. Deze informatiebrochure werd met de grootste zorg opgesteld, maar de inhoud is algemeen en indicatief. Deze brochure omvat niet alle medische aspecten. Als er vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden in staan, zijn AZ Sint-Lucas, het personeel en de artsen hiervoor niet aansprakelijk.

Beste ouders, wij vragen graag uw mening over onze inspanningen om borstvoeding te ondersteunen. Wilt u onderstaande vragenlijst ingevuld terugbezorgen voor uw vertrek?

Met oprechte dank!

Het team van de materniteit.

- **Is dit uw eerste baby?**
o Ja / neen, specificeer:
.....
- **Hoe bent u bevallen?**
o Vaginaal
o Keizersnede met epidurale verdoving
o Keizersnede met algemene verdoving
- **Hoe werd u op de hoogte gebracht van het borstvoedingsbeleid van AZ Sint-Lucas?**
o Prenatale consultatie door vroedvrouw.
o Infosessie borstvoeding.
o Brochure 'Sint-Lucas, een hart voor borstvoeding'.
o Deze brochure.
o Andere:
.....
- **Had u onmiddellijk na de geboorte een uur ononderbroken huidcontact met uw baby?**
o Ja / neen
- **Indien u niet onmiddellijk huidcontact had of het huidcontact onderbroken werd, is de reden hiervoor u bekend?**
o Ja / neen, specificeer:
.....
- **Werd u tijdens het huidcontact na de geboorte gewezen op de hongersignalen van uw baby (zoekreflex, op knuistjes zuigen ...)?**
o Ja / neen
- **Werd u hulp aangeboden voor de eerste borstvoeding na de geboorte?**
o Ja / neen
- **Werd u hulp aangeboden voor de volgende borstvoeding binnen de zes uur na de geboorte?**
o Ja / neen
- **Werd u geleerd om manueel te kolven?**
o Neen, ik werd wel/niet doorverwezen naar een derde.
o Ja, ik kreeg een demonstratie / de brochure 'Handleiding bij het afkolven'.
- **Welk van onderstaand advies past u toe bij het aannemen van uw borstvoedingshouding?**
o Ik lig of zit ontspannen / gefocust.
o Mijn baby ligt niet / ligt wel, met zijn buikje tegen mijn buik.
o Ik ondersteun het hoofdje / de hals en het lijfje van mijn baby.
o Ik breng mijn baby naar de borst / de borst naar mijn baby.

- **Waarom weet u dat uw baby de borst goed in de mond neemt?**
 - o Het kinnetje drukt / drukt niet in de borst
 - o Het neusje drukt / drukt niet in de borst
 - o De tepelhof is minder / meer zichtbaar boven de bovenlip van mijn baby
 - o Mijn baby maakt zuigbewegingen / zuig-slikbewegingen
 - o De lipjes zijn naar binnen / naar buiten gekruld

- **Welk advies kreeg u over hoe vaak en hoe lang uw baby gevoed moet worden?**
 - o Voeden op vraag van de baby zonder beperking in tijd of frequentie op voorwaarde dat mijn baby goed aanligt.
 - o Voeden volgens tijdsschema (bv. 10 min. per borst, om de 3 uur).
 - o Andere:

- **Heeft uw baby uitsluitend moedermelk gekregen sinds de geboorte?**
 - o Ja
 - o Neen, specificeer de reden:

- **Heeft uw baby gedurende uw verblijf een fopspeen en/of speen gekregen?**
 - o Neen
 - o Ja, en de nadelen ervan werden toegelicht / niet toegelicht.

- **Hebt u uw baby sinds de geboorte continu bij u op de kamer gehad?**
 - o Ja
 - o Neen, specificeer de reden:

- **Kreeg u informatie over waar en hoe u als borstvoedende moeder hulp kunt vinden wanneer u terug thuis bent?**
 - o Neen
 - o Ja, ik kreeg mondelinge uitleg / de brochure 'Ondersteuning na het kraamverblijf'.