



Afkolven handleiding

Afkolven

Handleiding

03 Inleiding

03 Waarom afkolven?

03 Voorbereiding

- 03 Bereid uzelf voor
- 04 Een goede hygiëne is belangrijk.
- 05 Bereid het materiaal voor

05 Afkolven

- 05 Afkolffrequentie en -duur
- 06 Afkolfmethode en -techniek
- 09 Afkolfvolume

10 Tijdens het kraamverblijf

- 10 Moedermelk opvangen
- 11 Moedermelk bewaren en vervoeren
- 12 Moedermelk opwarmen en toedienen

12 Terug naar huis

Tips voor
thuis afkolven!

15 Hygiëne

- 15 Hygiëne bij het afkolven
- 15 Reinigen van het kolfstoestel

15 Moedermelk opvangen in een recipiënt

15 Moedermelk bewaren

- 16 Bewaren in de koelkast
- 17 Bewaren in de diepvries

17 Moedermelk ontdooien

18 Moedermelk opwarmen

18 Moedermelk toedienen

Inleiding

Borstvoeding biedt het meeste gezondheidsvoordeel en is daarom de beste voeding voor uw baby. Uw lichaam en dat van uw baby zijn van nature afgestemd op het maken, geven en krijgen van melk.

Wanneer uw baby door omstandigheden niet of onvoldoende aan uw borst kan drinken, kan het nodig zijn dit proces kunstmatig op gang te brengen of te ondersteunen door afkolven. Deze brochure helpt u hierbij op weg. Aarzel niet om vragen te stellen aan het verzorgend personeel van de materniteit en neonatologie. Zij staan u graag bij tijdens uw verblijf in ons ziekenhuis.

Waarom afkolven?

Afkolven kan nodig zijn om:

- uw melkproductie op gang te brengen wanneer uw baby prematuur geboren is of niet rechtstreeks aan uw borst kan liggen.
- een goede borststimulatie te verzekeren wanneer de beginfase van de borstvoeding wat moeizamer verloopt.

- moedermelk op voorraad te hebben en uw melkproductie op peil te houden wanneer uw baby niet bij u is bv. als u terug gaat werken en verder borstvoeding wilt geven.

Voorbereiding

Bereid uzelf voor

Afkolven is een techniek die u onder de knie moet krijgen. Geef uzelf voldoende tijd.

De sleutel tot succes bij afkolven is de **toeschietsreflex**. Deze reflex is nodig om de melk in de richting van de tepel te laten stromen. Door stimulatie van tepel en tepelhof komt het hormoon oxytocine vrij. Hierdoor gaan de spiertjes rond de melkklieren samentrekken en de melkkanalen verwijden en verkorten waardoor de melkdruk toeneemt. De moedermelk kan nu afgekolfd worden. Lichamelijke en geestelijke ontspanning helpen de toeschietsreflex opwekken.

Gevoelens van spanning, angst of frustratie remmen de toeschietsreflex af. Probeer daarom negatieve gevoelens te vermijden en creëer voor uzelf een aangename sfeer tijdens het afkolven.

Probeer alvast volgende praktische tips uit, ze zullen zeker helpen!

- **Privacy** is belangrijk, vraag het bezoek de kamer te verlaten, steek uw borstvoedingslichtje aan en gebruik de deurhanger 'mama geeft borstvoeding'.
- Zorg voor een **aangenaam warme omgeving**.
- Pas zo nodig de **kamerverlichting** aan. Schakel uw gsm uit en luister indien gewenst naar **ontspannende muziek**.
- Zet een **glas water** en eventueel een kopje (borstvoedings)thee in uw buurt.
- **Installeer u comfortabel** en ontspannen, laat uw schouders los en pas zo nodig een rustige ademhalingstechniek toe.
- **Masseer uw borsten met warme handen** of met een warmwaterstraal gedurende 1 à 2 minuten en kolf eventueel manueel af tot de melk toeschiet (zie Manueel afkolven, p 6).

- **Huidcontact met uw baby** geeft een sterke prikkel, maar ook hem zien of horen helpt. Soms kan de gedachte aan uw baby genoeg zijn om de toeschietreflex op te wekken.
- Als uw baby op de prematurenafdeling ligt, kolf dan af met een **fotootje** dichtbij of neem iets tastbaars zoals een **knuffeldoekje**. U kunt ook naast de couveuse van uw baby op de afdeling neonatologie kolven. Spreek dit af met de verpleegkundige of vroedvrouw die instaat voor de verzorging van uw baby.

Een goede hygiëne is belangrijk.

- Was uw handen met water en zeep voor u het afkolfmateriaal klaarzet.
- Als u niet uit bed kunt, kan het wassen vervangen worden door ontsmetten. In iedere patiëntenkamer hangt een dispenser met handontsmetting. Druk één maal, wrijf uw handpalm, handrug en vingers grondig in en laat drogen aan de lucht.
- Was uw borsten dagelijks met water. Gebruik geen zeep omwille van het uitdrogend effect. Gebruik bij voorkeur ook geen lotions vanwege de geur.

- Duw na iedere afkolfbeurt een druppeltje melk uit en wrijf dit open op tepel en tepelhof. Actieve witte bloedcellen in de moedermelk beschermen tegen mogelijke ziektekiemen.
- Als u borstcompressen gebruikt, ververs deze dan na elke voeding of afkolfbeurt.

Bereid het materiaal voor

Zorg ervoor dat u alle materiaal dicht bij de hand hebt: de afkolfset, het afkolftoestel met stekker in het stopcontact en het steriel opvangrecipiënt (spuit, cup of fles). Gebruik steeds uw eigen kolfpakket.

Vermijd om de binnenkant van het recipiënt en de kolf aan te raken met blote handen.

Afkolven

Afkolffrequentie en -duur

Wanneer uw baby niet aan de borst kan, is het belangrijk zoveel mogelijk het natuurlijke ritme van de borstvoeding te volgen. De eerste dagen betekent dit minimaal acht keer afkolven per 24 uur waarvan ook éénmaal 's nachts. U hoeft hiervoor geen wekker te zetten maar als u spontaan wakker wordt, kunt u best eens afkolven omwille van een verhoogde hormoonspiegel (prolactine) 's nachts.

Eenmaal uw melkproductie goed op gang is en uw baby nog niet aan de borst kan, houdt u een kolffrequentie van minstens zes keer per 24 uur aan (lieft acht, meer mag). Deze tijdsduur kan verschillen van moeder tot moeder. Wanneer uw toeschietreflex een aantal minuten op zich laat wachten, kunt u mogelijks een langere afkolftijd nodig hebben.

Als uw baby aan de borst kan drinken maar aanvullend afkolven aangewezen is, kan de afkolffrequentie en afkolfduur aangepast worden. In dat geval zal de verpleegkundige of vroedvrouw van de afdeling dit met u bespreken.

Afkolfmethode en -techniek

Manueel afkolven

Om met de hand af te kolven hebt u zo goed als geen materiaal nodig. De techniek vraagt wel enige oefening, maar eens u die onder de knie hebt, is het eenvoudig.

- Was uw handen.
- Bereid de borst voor, dit kan door middel van warmte en massage. Start de massage van boven naar de tepel toe, zoals bij een borstonderzoek.
- Knijp ze zachtjes met beide handen bijeen, met de handen voorwaarts rollend van de borst naar de tepel.
- Neem vervolgens uw borst ongeveer twee tot drie centimeter achter de tepel tussen duim-, wijs- en middelvinger. U houdt uw borst vast tussen deze vingers en duwt zacht maar stevig naar uw borstkas, zonder uw vingers uit elkaar te spreiden.
- Knijp uw vingers zachtjes verticaal naar mekaar en dan met een rollende beweging naar de tepel toe. Laat de druk los en herhaal deze handeling ritmisch tot er geen melk meer druppelt. Verander de positie van uw vingers rond het tepelhof circulair, om zoveel mogelijk melk uit alle melkgangen te duwen.



Manueel afkolven zal u aangeraden worden binnen de 24 uur na de bevalling. Het is dan efficiënter dan machinaal kolven. Het levert meer colostrum op (eerste melk). Deze wordt met een lepeltje of spuitje rechtstreeks aan uw baby gegeven zodat er geen druppel verloren gaat.

De laatste richtlijnen geven ook aan dat prenataal kolven belangrijk is, vooral voor zwangeren met zwangerschapsdiabetes, diabetes type 1 en 2. Wanneer zij reeds een voorraadjie melk staan hebben, kan kunstvoeding op medische indicatie vermeden worden. Dit mag gestart worden vanaf de 37ste zwangerschapsweek. Meer uitleg kan u verkrijgen bij de vroedvrouw op prenatale consultatie of van de vroedvrouw die u thuis opvolgt.

Elektrisch afkolven

Wanneer afkolven aangewezen is na de eerste 24 uur of voor langere tijd, dan wordt er tijdens uw kraamverblijf gestart met elektrisch kolven. Hiermee kan een optimale borststimulatie nagebootst worden, wat een voorwaarde is om lang borstvoeding te kunnen geven.

Op onze materniteit wordt één type elektrische pomp gebruikt:

• Medela Symphony®.

De Medela Symphony® is een volautomatische pomp die aangewezen is wanneer er systematisch moet gekolfd worden onmiddellijk na de geboorte, bv. bij een premature baby.

Deze pomp kan niet individueel ter beschikking gesteld worden. Na gebruik zet u ze terug op de gang van de afdeling aan de materiaalkant (zie aanduiding plafond). De pomp start met een snel kolfritme met beperkte zuigkracht die de toeschietreflex opwekt. Daarna wordt automatisch overgeschakeld op een langzamer kolfritme met diepere zuigkracht om de melk comfortabel en efficiënt te kolven. Bij deze pomp kunt u de ideale zuigkracht regelen via een draaiknop.



Er kan een kolfstoestel meegegeven worden naar huis tijdens de ziekenhuisopname. Meer informatie en de correcte procedure kunt u verkrijgen bij de verpleegkundige of vroedvrouw op de materniteit.

De techniek is eenvoudig. Eens u alles hebt voorbereid en u comfortabel geïnstalleerd bent (zie Voorbereiding, p 3), plaatst u het borstschild van de afkolfset gecentreerd over de tepel van uw borst.

Let erop dat die in het midden van de schacht zit en er nog een beetje ruimte is tussen de tepelbasis en de schacht zodat de tepel kan zwellen tijdens het afkolven. Plaats uw vingers op het schild en laat het schild volledig luchtdicht op uw borst aansluiten. Schakel vervolgens de borstpomp aan.



Medela Symphony®

Elektrisch afkolven mag in principe geen pijn doen. Is dit toch het geval, bespreek dit met de verpleegkundige of vroedvrouw van de afdeling. Mogelijks hebt u een aangepaste maat borstschild nodig.

Dubbelzijdig afkolven

Bij dubbelzijdig afkolven plaatst u eerst één borstschild, schakelt u dan de borstpomp aan en plaatst u vervolgens het tweede borstschild op de andere borst.

U kunt het vacuüm aan de borst ook verbreken zonder de pomp uit te schakelen. Door vlak naast het borstschild te drukken met uw duim op uw borst komt er lucht in het schild en wordt de luchtdichtheid verbroken. Dit is een vlotte manier om het afkolven te onderbreken en is handig om de pomp uit te schakelen bij dubbelzijdig kolven.

Afcolven met een handpomp

Een handpomp is niet aangewezen bij een moeizame beginnende borstvoeding of om de melkproductie op gang te brengen. Deze methode wordt daarom niet toegepast tijdens uw kraamverblijf. Eens



uw melkproductie goed op gang is en uw baby goed aan uw borst drinkt, is het thuis wel een goede methode om af en toe af te kolven (bv. als u weg moet en uw baby niet mee kan).

Afcolfvolume

Bij de eerste keren afkolven na de geboorte kunt u meestal maar heel weinig afkolven. Vaak is dit de eerste keer maar een paar druppels en de volgende keer zelfs niets meer. Laat u niet ontmoedigen, dit is normaal. U zult zien, geleidelijk zal over verloop van een paar dagen het melkvolume evolueren van milliliters naar centiliters. Onthoud dat gedurende de eerste dagen na de geboorte de focus bij het afkolven vooral ligt op frequente borststimulatie.

Wanneer u 10 tot 14 dagen na de geboorte ongeveer 750cc moedermelk per 24 uur kunt kolven dan is uw melkproductie op peil. **U kunt de melkproductie doen toenemen door de kolffrequentie op te voeren.** Bouwt u de kolffrequentie af dan zal uw melkproductie afnemen.

De melkopbrengst kan verschillen per afkolfbeurt en per borst. Ze is meestal het grootst 's morgens en kent gedurende het verloop van de dag een geleidelijke afname.

Het afgekolfd melkvolume aan de rechterborst kan meer zijn dan aan de linkerborst en heeft te maken met een betere bloeddoorstroming van de rechterborst.

Hou er rekening mee dat het afkolfvolume kan teruglopen door spanning (tot de helft van de normale hoeveelheid) maar kan toenemen door het uitlokken van de toeschietreflex voor de afkolfstart en borstmassage tijdens het afkolven.

Tijdens het kraamverblijf

Moedermelk opvangen

Tijdens uw kraamverblijf kiezen we ervoor om te kolven met een wegwerpafkolfset.

Deze bestaat uit vier onderdelen:

- een borstschild,
- een opvangflesje,
- een tussenstuk met een klep,
- een slangetje om de set te verbinden met het toestel.

Giet onmiddellijk na het kolven de moedermelk in een steriel opvangrecipiënt. Spoel het borstschild, tussenstuk en opvangflesje grondig met koud en nadien met heet water (eiwitten lossen op in koud water maar stollen in heet water waardoor het reinigen moeilijker wordt). Droog de verschillende delen af met een propere tetradoek en bewaar ze proper en droog, klaar voor de volgende kolf sessie.

Bewaar en reinig de afkolfset in de babybox en niet in uw badkamer omwille van het besmettingsrisico met darmbacteriën. Bij een gezonde baby die op tijd geboren werd, mag u dezelfde wegwerpset gebruiken om de korte periode in het ziekenhuis te overbruggen.

Ligt uw baby op de prematurenafdeling dan wordt de afkolfset dagelijks vervangen. Bent u naar huis maar ligt uw baby nog op de prematurenafdeling dan is het aangeraden uw persoonlijke afkolfset eenmaal per dag te steriliseren (zie Reinigen van het kolf toestel, p 15).

Afgekolfde melk die u **onmiddellijk na het afkolven toedient aan uw baby** mag in een huishoudelijk proper recipiënt gedaan worden (zie Verklarend woordenboek, p 14). Vandaar dat manueel afgekolfde melk de eerste 24 uur na de geboorte ook opgevangen wordt in een huishoudelijk proper plastic koffielepeltje. Op materniteit bieden we een zachte flowspoon aan om de melk op te vangen en toe te dienen aan uw baby.

Gebruik tot de leeftijd van zes maanden een steriel opvangrecipiënt voor moedermelk die u bewaart. Het is aangeraden onmiddellijk na het afkolven de melk uit



het opvangflesje over te gieten in een steriel opvangrecipiënt. Afhankelijk van de hoeveelheid afgekolfde melk krijgt u aangepast steriel materiaal ter beschikking (spuit, afsluitbare cup of fles).

Moedermelk bewaren en vervoeren

In het ziekenhuis mag u voor een voldragen en gezonde pasgeborene verse moedermelk tot 2 uur bewaren op kamertemperatuur (18 – 25°C). Dit is vooral praktisch gedurende de eerste dagen na de geboorte wanneer uw melkproductie nog beperkt is en de afgekolfde hoeveelheid de volgende voeding volledig wordt verbruikt.

Hebt u de afgekolfde moedermelk niet nodig voor de volgende voeding, **plaats ze dan onmiddellijk na het afkolven in de koelkast** op uw kamer. Zet ze bij voorkeur boven en achteraan om temperatuursverschillen door het openen van de koelkast te beperken. In het ziekenhuis mag u verse moedermelk tot 48 uur bewaren in de koelkast (max 5°C).

Bewaartijd moedermelk in het ziekenhuis:

Temperatuur	Max. bewaartijd
Verse moedermelk op kamertemperatuur (18-25°C)	2 uur
Verse moedermelk in de koelkast (max. 5°C)	48 uur

Indien uw baby op de prematurenafdeling ligt, wordt de vers afgekolfde moedermelk best zo snel mogelijk (binnen het uur na het afkolven) aan de prematurenafdeling bezorgd. Noteer datum en uur van afkolven en de naam van uw baby op het opvangrecipiënt.

Is uw baby voor langere tijd opgenomen op de prematurenafdeling, breng dan de vers gekoelde moedermelk mee van thuis in een kleine koelbox met koelelementen.

Zorg ervoor dat de recipiënten met moedermelk rechtstaan om lekken te voorkomen en noteer ook hier steeds datum en uur van afkolven en de naam van uw baby. U kunt de recipiënten vragen op de prematurenafdeling.

Moedermelk opwarmen en toedienen

Geef indien mogelijk de afgekolfde moedermelk onmiddellijk aan uw baby, zonder afkoelen en zonder opwarmen. Op die manier is er geen verlies van kwaliteit en wordt uw baby optimaal beschermd.

Vers afgekolfde moedermelk, bewaard op kamertemperatuur, hoeft u niet op te warmen om ze aan uw baby te geven. Vers gekoelde moedermelk dient u wel op te

warmen. Op de kraamafdeling gebeurt dit au bain marie.

Warm moedermelk nooit op in de magnetron. Op die manier gaan er te veel van de beschermende eigenschappen verloren en is er mogelijks sprake van een ongelijkmatige opwarming. Controleer steeds de temperatuur van de opgewarmde melk alvorens ze toe te dienen aan uw baby.

Ligt uw baby op de prematurenafdeling dan wordt uw vers gekoelde moedermelk in kleine hoeveelheden opgewarmd in de couveuse van uw baby. Grotere hoeveelheden worden opgewarmd in de droge flessenwarmer.

Is er een overschot aan vers gekoelde melk dan wordt die diepgevroren op de afdeling. **Na het opwarmen wordt moedermelk binnen het uur aan uw baby gegeven. Opgewarmde moedermelk mag u tussendoor niet heropwarmen.**

Terug naar huis

Indien nodig zult u bij ontslag geïnformeerd worden over hoe u best thuis verder kunt afkolven. In het volgende hoofdstuk vindt u alvast nog wat nuttige informatie.



Afcolven

Tips voor thuis

Verklarend woordenboek

***Steriel:** Kook een kolf of fles gedurende 10 minuten volledig ondergedompeld onder water of steriliseer in een sterilisator in de magnetron of een afzonderlijke sterilisator voor flessen. Volg de gebruiksaanwijzing van de sterilisator stipt. Laat de kolf of fles daarna omgekeerd, afgedekt met een propere doek drogen en raak de binnenkant niet meer aan.

Indien u steriliseert volgens de methode van het koken, kunt u de laatste 2 minuten een paar druppels azijn bij het water toevoegen om kalkaanslag te vermijden. Een beetje kalkaanslag kan geen kwaad, het brengt alleen een witte laag op de fles of kolf waardoor deze wazig wordt.

***Huishoudelijk proper:** Was een kolf, fles of potje waarin de moedermelk wordt bewaard goed uit met afwasmiddel en heet water. Spoel voldoende na met heet stromend water. Droog af met een propere handdoek die alleen daarvoor gebruikt wordt, anders is er een hoger risico op micro-organismen die een infectie kunnen veroorzaken of verergeren.

***Recipiënt:** Potje of flesje waarin de moedermelk bewaard wordt.

Hygiëne

Hygiëne bij het kolven

- Was vóór het kolven steeds uw handen en droog ze goed.
- Reinig minimum één keer per dag tepel en tepelhof met water. Gebruik geen zeep of ontsmettingsstof.
- Gebruik steeds uw eigen kolfpakket.
- Vermijd de binnenkant van recipiënt en kolf aan te raken met blote handen.

Reinigen van het kolftoestel

- Maak het kolftoestel na ieder gebruik **huishoudelijk proper***.
- Bij een premature baby dient u de kolf **één keer per dag te steriliseren***

Moedermelk opvangen in een recipiënt

Afgekolfde melk voor **onmiddellijk gebruik** (dus niet invriezen) mag in een **huishoudelijk proper recipiënt*** gedaan worden.

Gebruik voor moedermelk die bewaard wordt in de **koelkast of ingevroren** wordt:

een steriel recipiënt:

- bij gezonde baby's tot en met zes maanden.
- bij premature baby's.
- bij zieke baby's (al dan niet gehospitaliseerd).

een huishoudelijk proper recipiënt:

- bij voldragen (zwangerschap van 37-40 weken) gezonde baby's vanaf zes maanden.

Moedermelk bewaren

Geef de afgekolfde melk best onmiddellijk aan uw baby zonder ze af te koelen of op te warmen, zo is er geen verlies van de kwaliteit van de melk. **Verse moedermelk geniet steeds de voorkeur boven ingevroren moedermelk.**

Bewaartijd moedermelk thuis:

Temperatuur		Max. bewaartijd
Verse rijpe moedermelk op kamertemperatuur:	15°C 15-22°C	24 uur 4 uur
Na het ontdooien in de koelkast		24 uur
Verse moedermelk in de koelkast		72u tot max 4 dagen
Vriesvak in de koelkast		2 weken
In de diepvries (<18°C)		tot -18°C: 3 mnd kouder dan -18°C: 6 mnd

Tips

Moedermelk transporteren kan in een kleine koelbox met koelelementen in. Houd de flesjes of potjes recht om lekken te voorkomen.

Sluit steeds onmiddellijk het recipiënt waarin de moedermelk wordt gegoten, vermeld de datum en het uur van afkolven en noteer eventueel de naam van het kind.

Geschikte recipiënten: glas, plastic potjes of zakjes, ijsblokzakjes of -bakjes die goed gesloten kunnen worden.

Bewaren in de koelkast

Moedermelk die binnen de 4 dagen gebruikt zal worden, wordt in de koelkast bewaard. Zet de melk meteen na het kolven in de koelkast (max. 4°C), bij voorkeur boven en achteraan in de koelkast, zo is er zo weinig mogelijk temperatuursverschil bij het openen van de deur.

Hoe minder lang de moedermelk wordt bewaard in de koelkast, hoe beter het kwaliteitsbehoud van de melk.

Bewaren in de diepvries

Laat de moedermelk zo vlug mogelijk afkoelen in de koelkast om ze nadien in te vriezen. Leg de potjes zo ver mogelijk achteraan in de vriezer zodat de temperatuur behouden blijft bij het openen van de diepvries.

Kleine hoeveelheden afgekolfdde moedermelk mogen bij elkaar worden gegoten als ze gekoeld zijn in de koelkast. **Giet nooit warme melk bij koude.**

Het invriezen van kleine hoeveelheden moedermelk (tussen 10 en 50cc) is voordeliger dan grote hoeveelheden (50-100cc), omdat minder moedermelk moet weggegooid worden. Om bijvoeding te geven wordt invriezen van kleine hoeveelheden moedermelk aanbevolen.

Moedermelk ontdooien

- Houd het recipiënt waarin de melk is ingevroren **onder koud stromend water** en laat de temperatuur van het water geleidelijk aan warmer worden. Deze melk kan dan onmiddellijk gegeven worden.
- Ontdooi de melk in een **flessenwarmer, au bain marie of in warm water** waarbij het recipiënt nu en dan zachtjes wordt geschud (zachtjes schudden om de levende cellen niet te beschadigen). Daarna kan de melk onmiddellijk aan de baby gegeven worden.
- Ontdooi de melk **in de koelkast** als de melk niet onmiddellijk aan de baby moet gegeven worden.
- Bewaar de ontdooide moedermelk **max. 24u in de koelkast.**



Opmerkingen

- Ontdooi de oudste moedermelk eerst.
- Vries ontdooide moedermelk nooit terug in!
- Ontdooide moedermelk kan "zepig" ruiken. Het uitzicht van de melk is veranderd. Deze melk is niet slecht geworden, door de verteringsenzymen is ze gedeeltelijk verteerd en ook de vetten zijn veranderd van samenstelling. Deze halfverteerde melk is zeer licht verteerbaar en mag zeker aan de baby worden gegeven. Een baby met maag- en darmklachten kan dit soms beter verteren.

- ## Opmerkingen
- Ontdooi de oudste moedermelk eerst.
 - Vries ontdooide moedermelk nooit terug in!
 - Ontdooide moedermelk kan "zepig" ruiken. Het uitzicht van de melk is veranderd. Deze melk is niet slecht geworden, door de verteringsenzymen is ze gedeeltelijk verteerd en ook de vetten zijn veranderd van samenstelling. Deze halfverteerde melk is zeer licht verteerbaar en mag zeker aan de baby worden gegeven. Een baby met maag- en darmklachten kan dit soms beter verteren.

Moedermelk opwarmen

- Onder warm stromend water.
- Au bain marie.
- In een droge flessenwarmer tot op kamer- of lichaamstemperatuur.
- Nooit rechtstreeks op het fornuis, ook niet in een pannetje met warm water.
- Warm de moedermelk niet op in een magnetron omwille van kwaliteitsverlies van de melk en het gebrek aan gelijkmatig opwarmen van de melk.

Geef de melk na het opwarmen **binnen het uur** aan de baby. Warm de reeds opgewarmde melk tussendoor niet extra op.

Moedermelk toedienen

1. Colostrum (de eerste moedermelk) wordt altijd eerst gegeven, ook al is dit ingevroren.
2. Daarna geniet verse moedermelk de voorkeur.
3. Daarna volgt ingevroren moedermelk.

Notities

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

Contact

Materniteit

Straat 3

T 09 224 51 03

Neonatologie

Straat 5

T 09 224 52 06

Lees ook de brochure

'Ondersteuning na het kraamverblijf'

artikel 21.665 | Laatste update: maart 2026

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 opge maakt, 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.