

Voorlichting borst- en kunstvoeding tijdens het intakegesprek



De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) en Unicef hebben vijf standaarden voor het welslagen van borstvoeding opgesteld. Wij werken volgens deze standaarden, waarvan wij er een aantal tijdens het intakegesprek bespreken.

Ongestoord huid-op-huidcontact

Alle moeders krijgen direct na de geboorte hun baby via huidcontact bij zich, mits de conditie van moeder en baby dit toelaat. Het huidcontact duurt minimaal een uur. Het eerste contact tussen moeder en baby vindt ongestoord plaats tot en met de eerste voeding, zo nodig wordt hulp aangeboden bij de voeding. De eerste voeding wordt gegeven in huidcontact, ongeacht de voedingskeuze van de moeder. Wanneer het om medische redenen niet mogelijk is dat de moeder huidcontact heeft met de baby, is het belangrijk dat de partner huidcontact met de baby heeft. Als huidcontact niet mogelijk is, of onderbroken om medische redenen, wordt het later ingehaald.

Belang van huid-op-huidcontact

- * Een stabiele en normale huidtemperatuur.
- * Een stabiele en normale hartslag, bloeddruk en ademhaling.
- * Normale bloedsuikerwaarde.
- * Bevordert de hechting tussen moeder en baby.

Voeden op verzoek / voedingssignalen

- * Stimuleert de melkproductie bij borstvoeding
- * Bevredigt de behoefte van de baby
- * De baby bepaalt de duur van de voeding (bij borstvoeding: zolang het niet pijnlijk is voor de moeder)
- * Minimaal 8-12 voedingen per etmaal
- * Voedingssignalen; zoeken, likken, smakgeluidjes maken en handen naar de mond brengen. Huilen is een te laat hongersignaal

Zorgen voor voldoende melk bij borstvoeding

Wanneer de baby zichzelf niet meldt na 3 uur, maak dan de baby wakker voor een voeding om aan minimaal 8-12 voedingen per etmaal te komen. Frequent voeden stimuleert de aanmaak van voldoende prolactinereceptoren, waardoor de productie ook op lange termijn in stand blijft.

Het krijgen van borstvoeding heeft de volgende voordelen voor de baby



- * Beschermst tegen infecties van de luchtwegen, het middenoor, de urinewegen, de hersenvliezen en het maag-darmstelsel.
- * Minder kans op het ontwikkelen van een allergie (zoals eczeem en astma).
- * De eerste voeding, het colostrum, voorziet de darmwand van een beschermend laagje en bevordert een gunstige darmflora.
- * Minder kans op obstipatie.
- * Vermindert risico op wiegendood.
- * Minder kans op overgewicht en diabetes op latere leeftijd.
- * Bevordert de kaakontwikkeling.
- * Bevrediging van de zuigbehoefte.
- * Voor prematuren en zieke baby's vergroot het de kans op gezondheidswinst.

Het geven van borstvoeding heeft de volgende voordelen voor de moeder

- * Door huidcontact komt het hormoon oxytocine vrij. Het hormoon oxytocine bevordert de geboorte van de placenta en het op gang komen van de borstvoeding.
- * Minder bloedverlies na de bevalling.
- * Het vermindert de kans op borst- en eierstokkanker en botontkalking.
- * Waarschijnlijk minder kans op het ontwikkelen van een hoge bloeddruk, diabetes type II en andere welvaartsziektes.
- * Borstvoeding heeft een psychische en emotionele waarde voor de moeder.
- * Het gewicht van voor de zwangerschap wordt in veel gevallen eerder bereikt.
- * Altijd bij je en op de juiste temperatuur.
- * De positieve gezondheidseffecten voor de moeder zijn afhankelijk van de periode dat je borstvoeding geeft.



Belang rooming-in (samen slapen op dezelfde kamer in een eigen wieg/bed)

- * Adequaat reageren op voedingssignalen.
- * Natuurlijke waakzaamheid en reageren op het gedrag van de baby.
- * Stimuleert voeden op verzoek.
- * Preventief tegen wiegendood (baby wordt vaker even kort wakker wat een beschermingsfactor tegen wiegendood is).
- * Eerste 6 levensmaanden rooming-in is de veiligste slaapplek voor een baby.
- * Bevordert de hechting tussen ouders en baby.
- * Minder vermoeiend voor moeder (niet ver lopen) en baby (kan aangelegd worden voordat hij huilend om voeding vraagt).

(Fop)Speengebruik

Het aanbieden van een fopspeen brengt een aantal risico's met zich mee:

- * Het missen van voedingssignalen van de baby, doordat de baby op een speen zuigt terwijl het eigenlijk aan de borst zou willen en moeten drinken. Baby krijgt minder voedingen dan het nodig heeft.
- * Minder vaak/effectief aan de borst heeft een negatieve invloed op de productie en zo mogelijk dus op de groei van de baby
- * Andere zuigtechniek dan aan de borst.
- * Vermoeiend, extra energieverbruik.

Ter preventie van wiegendood heeft de fopspeen een beschermend effect. Voor het aanbieden van een fopspeen bij borstvoeding, moet deze eerst volledig op gang zijn.

BorstvoedingSorganisatie / Lactatiekundige

In Nederland is borstvoedingsorganisatie La Leche League actief. Dit is een vrijwilligersorganisatie waar moeders actief zijn. De moeders zijn opgeleid en hebben ervaring met het geven van borstvoeding (moeder tot moeder support). In het kraamdossier zijn de gegevens te vinden van LLL. Bij vragen, twijfels of onzekerheden over borstvoeding kun je bij deze vrijwilligersorganisatie terecht. Zijn er problemen met de borstvoeding, dan is het raadzaam om een lactatiekundige in te schakelen. Een lactatiekundige is een professional op het gebied van borstvoeding. Via de verloskundige of kraamverzorgende kan geïnformeerd worden naar een lactatiekundige in de buurt.

BorstvoedingScursus

Om je goed voor te bereiden op de borstvoedingsperiode of als je nog geen keuze qua voeding hebt kunnen maken, adviseren wij je een borstvoedingscursus te volgen. Deze worden veelal aangeboden door lactatiekundigen. Via de verloskundige kan ook geïnformeerd worden naar een cursus in de buurt.