

Borstvoeding aan de premature baby

Het belang van moedermelk voor uw premature baby	2
Het belang van huid op huid contact	3
Het belang van kolven	3
Praktische informatie over borstvoeding	4
Verblijf van ouder(s)	5
Prematurenstappenplan	5
Vragen?	7

In deze folder informeren wij u over de bijzonderheden bij het geven van borstvoeding aan een premature baby.

Borstvoeding geven aan een prematuur geboren kind gaat niet vanzelf. Er is geduld en doorzettingsvermogen nodig. In de beginperiode is de baby wellicht niet in staat om zelf te drinken en moet de productie van moedermelk door middel van kolven worden gestimuleerd.

Gezondheidseffecten moedermelk

Juist voor te vroeggeboren baby's is dit extra van belang. De unieke samenstelling van moedermelk valt niet na te maken. Voor bijna alle te vroeggeboren kinderen blijkt dat ze prima uit de borst leren drinken. De baby profiteert ondertussen ook van alle gezondheidseffecten die moedermelk te bieden heeft.

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.
- Antistoffen bieden bescherming tegen infecties. Een premature baby heeft door de kortere zwangerschapsduur minder antistoffen van de moeder meegekregen en het eigen afweersysteem is nog onvoldoende ontwikkeld.
- Door de laxerende werking van het colostrum raakt de baby meconium (eerste ontlasting) sneller kwijt en is de kans op geelzucht kleiner.
- Moedermelk bevat groeifactoren. Deze zijn van belang voor de rijping van het spijsverteringstelsel.
- 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.

Preterme moedermelk

De samenstelling van de moedermelk die u maakt voor uw te vroeg geboren baby is anders dan de rijpe moedermelk die een moeder aanmaakt als ze omstreeks de uitgerekende datum bevallen is. Deze preterme moedermelk is extra waardevol bij de ontwikkeling van het nog onrijpe darmstelsel, zenuwstelsel, longen en hersenen. Er zitten meer voedingsstoffen en antistoffen in om uw baby te beschermen tegen infecties. De preterme melk gaat in 2 tot 4 weken vanzelf over in rijpe moedermelk.

Toevoegingen in de moedermelk

Het kan voorkomen dat baby's met een laag geboortegewicht, ondanks dat ze preterme moedermelk krijgen, langzamer groeien dan gewenst. Er wordt dan, om toch van alle positieve eigenschappen van de moedermelk gebruik te maken, aan de afgekolde melk tijdelijk een moedermelkversterker toegevoegd.

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. Het geluid van de hartslag, een bekende stem, de warmte en de geur zorgen ervoor dat uw baby zich veilig zal voelen. Huid op huid contact zorgt ervoor dat de bloeddruk beter wordt, de baby beter zuurstof op kan nemen en het maag-darmstelsel de melk beter op kan nemen. U kunt hierbij gebruik maken van het kangoeroevest.

Het belang van kolven

Een prematuur geboren baby kan meestal nog niet (volledig) zelf drinken. Om uw baby toch moedermelk te geven, zullen wij u begeleiden in het afkolven van moedermelk.

De moedermelkproductie komt sneller op gang als u snel (minimaal binnen zes uur) na de bevalling begint met kolven. Soms lukt deze snelle start niet door drukte rondom 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. U mag hier ook zelf naar vragen.

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 het op gang komen van de productie.

Ontspanning, warmte, massage van de borst en tepelhof en rug massage (partner) 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 van de melk is belemmerd of de melkproductie op dag vier of vijf nog niet op gang is, is het verstandig om dit met de verpleegkundige of de lactatiekundige te bespreken. Voor meer informatie over kolven raden wij u aan de folder 'Borstvoeding' 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.

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, waarbij de moeder niet altijd

aanwezig is om aan die zuigbehoefte te voldoen, soms een fopspeen aangeboden. De fopspeen bevredigt de zuigbehoefte van de baby waardoor hij rustiger is en beter groeit. Meest wenselijke is echter dat de moeder of vader aanwezig is om de baby te troosten.

Verblijf van ouder(s)

Zowel op de Kraam- als op de Kinderafdeling bestaat de mogelijkheid om bij uw baby op de kamer te verblijven. Meer informatie over de afdeling en gezinsgerichte zorg kunt u vinden in de folder 'gezinsgerichtezorg'. Hoe meer u bij uw baby bent, hoe sneller u uw baby leert kennen en u de voedingssignalen herkent. Allemaal items die bijdragen aan de hechting en die het slagen van de borstvoeding bevorderen.

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 eerder in deze folder beschreven.

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 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 deze druppeltjes melk die op de tepel zitten en zal daar geïnteresseerd in raken. Het zal misschien ook voorzichtig wat melk oplikken. 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 de onderlip 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. Vaak zie je wel dat dit nog een oefening is: de baby 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 zal dan ook voor het eerst zuigen. 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 zal het gehemelte dus niet prikkelen. Er komt dan geen zuigreflex en de baby gaat dus niet zuigen. Lukt het met voorvormen van de borst niet voldoende, dan is het mogelijk om tijdelijk een tepelhoed te gebruiken, omdat deze altijd lichtjes het gehemelte raakt en zo de zuigreflex prikkelt (zie folder 'gebruik van een tepelhoed'). Probeer elke keer eerst de baby zonder tepelhoed aan te leggen, lukt dit na een aantal pogingen niet, gebruik dan een tepelhoed. Het kan ook voorkomen dat de baby te weinig borstweefsel in de mond neemt, alleen het puntje van de tepel.

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 is 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 behulp van een tepelhoed. Bovendien zie en/of hoor je het slikken. De eerste voedingen zullen vaak niet meer dan een paar slokjes zijn. 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 hij 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 zal misschien nog niet helemaal lukken om alles zelf uit de borst te halen. Het kan zijn dat de baby bijgevoed wordt met de sonde of met de fles. Wel is het belangrijk dat als uw baby de borst niet goed leegdrinkt u na gaat te kolven.

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.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, stel die dan gerust aan een van de verpleegkundigen van de afdeling. Zij zijn u graag van dienst. Indien nodig kan ook de lactatiekundige in consult komen.

Saskia Barentsen - Lactatiekundige

Afdeling B3 Gynaecologie Obstetrie Verloskamers en kinderafdeling

Lactatiekundige@nijsmellinghe.nl

Voor meer informatie of hulp bij het borstvoeden kunt u terecht bij:

- Vereniging Borstvoeding Natuurlijk www.Borstvoedingnatuurlijk.nl
- La Leche League www.lalecheleague.nl
- Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen www.nvlborstvoeding.nl