

Voeden met de fles

Jij hebt gekozen om je baby flesvoeding te geven. Bij het geven van flesvoeding zijn een aantal zaken van belang en handig om te weten. Neem alvast je eigen fles en eventueel voeding mee naar het ziekenhuis. Jij en je baby zijn dan al een beetje gewend aan deze fles en speen. Ook kun je besluiten jouw baby afgekolfde moedermelk te geven met de fles. In deze folder geven wij jou informatie over voeden met de fles.

De eerste start: huid-op-huidcontact

Je baby komt direct na de geboorte op jouw blote huid te liggen. We noemen dit huid-op-huid contact. Dit is een bijzonder moment voor jullie beiden en voor je partner. Een baby heeft veel behoefte aan huid-op-huidcontact. Dit helpt voor de overgang van het leven in je buik naar het leven daarbuiten. Jouw baby en jij leren elkaar zo kennen. De baby ontspant meestal als het bloot bij jou of je partner ligt. Het huilen stopt, de ademhaling en de hartslag worden rustiger. De baby blijft zo op een goede temperatuur. Het is gunstig voor de bloedsuikers. Ook biedt het huid-op-huidcontact je baby de gezonde bacteriën van jou of je partner. Dat is goed voor de darmontwikkeling en het afweersysteem. Kan de baby door omstandigheden niet bij jou liggen? Dan vragen we je partner. Wanneer de baby voedingssignalen laat zien wordt het eerste flesje gegeven. Bij voorkeur gebeurt dit binnen 1 tot 2 uur.

Responsief voeden

Responsief voeden is het voeden van de baby aan de hand van hongersignalen en verzadiging signalen. Naast het voedingselement is een ander belangrijk onderdeel van responsief voeden, het voeden voor emotionele geruststelling, comfort en liefde tussen moeder en baby.

Voedingssignalen

Een baby kan op verschillende manieren aangeven dat het honger heeft. Leer deze signalen van jouw baby herkennen. Als je langer wacht, gaat je baby onrustig worden. De baby gaat op andere dingen sabbelen en tenslotte huilen. Probeer op de vroege signalen te reageren. Dan verloopt het voeden vaak rustiger. Aan de volgende tekenen kun je herkennen dat je baby honger heeft:

- De baby maakt smakgeluiden
- De baby sabbelt op vingers, vuisten
- De baby maakt zoekende bewegingen met hoofd of mond
- Je kunt de baby ook voeden als hij/zij net wakker wordt

Early Feeding Skills

Binnen het centrum Vrouw, Moeder & Kind wordt de voeding aan premature kinderen, zieke kinderen en moeizaam drinkende kinderen aangeboden volgens de Early Feeding Skills (EFS) methode. Ook voor de gezonde pasgeborene kan deze methode toegepast worden. Zie voor verdere informatie de folder EFS.

Slaperige baby's

De meeste baby's zijn de eerste dagen een beetje slaperig. Zorg in ieder geval dat de baby een minimum van acht voedingen per 24 uur krijgt. Na een paar dagen zal de baby vaker wakker zijn en enthousiaster gaan drinken. Sommige baby's blijven echter overdag maar om de vier of vijf uur om een voeding vragen. Dit is te weinig voor een pasgeboren baby. Maak de baby wakker, zodat het voldoende voedingen krijgt. Een goed moment om een baby te wekken is tijdens de actieve slaaperiode, deze is te herkennen aan snelle oogbewegingen, bewegen van armpjes en beentjes en het maken van geluidjes.

In principe voed je je kindje zo vaak het aangeeft te willen drinken. Een baby maag is klein en kan dus nog niet zo veel melk per keer aan. Daarom vraagt je baby vooral in het begin heel vaak om melk. De eerste weken drinken baby's ongeveer 10 keer per 24 uur. Als je twijfelt of je baby voldoende drinkt, neem dan contact op met het consultatiebureau. Hieronder staat een opbouwschema. Hierin staat voor de eerste tien dagen weergegeven hoe de voeding opgebouwd kan worden.

<i>Dag</i>	<i>Gemiddeld</i>	<i>Frequentie</i>
1	5-15 ml	8x
2	15-20 ml	8x
3	25-30 ml	8x
4	35-40 ml	8x
5	45- 50 ml	8x
6	55-60 ml	8x
7	65- 70 ml	8x

Geef je kind na de zesde dag ongeveer 150 ml flesvoeding per kilo van het lichaamsgewicht per 24 uur. Daarna geef je een kind van 0-3 maanden ongeveer 150 ml/kg/dag aan voeding, 4-6 maanden 130 ml/kg/dag, 7-9 maanden 120 ml/kg/dag 10-12 maanden 110 ml/kg/dag en vanaf een jaar 100 ml/kg/dag.

Fopspeen

In de eerste weken is het beter terughoudend te zijn met de fopspeen, je ziet dan niet dat de baby voedingssignalen geeft en behoefte heeft aan voeding. Je baby kan moe worden door het zuigen en daardoor een voeding missen. In sommige situaties kan een fopspeen wel uitkomst bieden, als de baby bijvoorbeeld erg onrustig is of veel zuigbehoefte heeft. Bedenk dan dat je de fopspeen na de voeding gebruikt.

Extra vitamines

Geef elke dag 10 microgram vitamine D, ongeacht de hoeveelheid flesvoeding. Vitamine K is alléén nodig als je baby gedurende de eerste 3 maanden minder dan 500ml flesvoeding per dag krijgt.

Dagboek flesvoeding baby

We raden je aan een dagboek flesvoeding bij te houden, hierin houdt je het volgende bij:

Datum:			Gewicht:			
Tijd	Temp	Aantal ml aangeboden	Aantal ml gedronken	Nat	Vuil	Bijzonderheden

Vragen

De medewerkers van de afdeling moeder en kind wensen jou/jullie een plezierige kraamperiode en je baby een mooie start met het geven van flesvoeding. Als je na het lezen van deze informatie nog vragen hebt, stel ze dan gerust.

Contact

Mocht je vragen hebben in je zwangerschap over het geven van voeding, kun je vragen of de verloskundige uit het ziekenhuis/gynaecoloog een consult met de lactatiekundige in wil plannen. Je kunt ook bellen naar 0513 – 685 245 of stel je vraag via www.mijntjongerschans.nl.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heb je toegang tot je medische gegevens. Je kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

Referenties

Black, M.M. & Aboud, F.E. (2011). *Responsive Feeding is Embedded in a Theoretical Framework of Responsive Parenting*. *The Journal of Nutrition*, 141, 490-499. doi: 10.3945/jn.110.12.9973

Tjongerschans (n.d). *Borstvoeding geven in de eerste dagen*.

Unicef UK (2016). *Unicef UK baby friendly initiative infosheet responsive feeding: supporting close and loving relationships*. London: Unicef UK

<https://www.voedingscentrum.nl/nl/zwanger-en-kind/borstvoeding-en-flesvoeding/flesvoeding-geven.aspx>

Kunstvoeding [E-learning].

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo weinig mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.