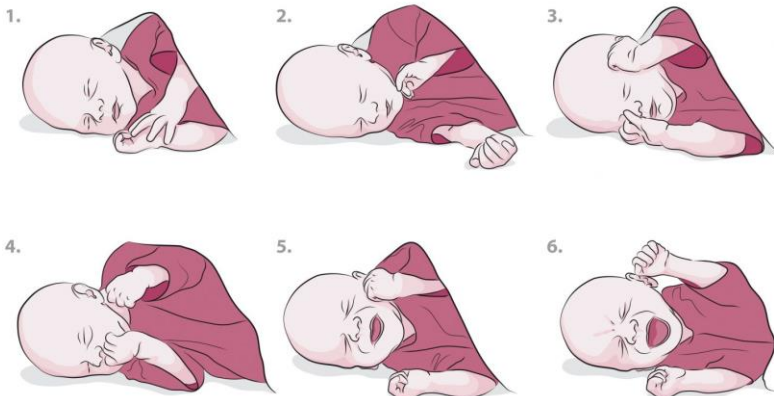


## Hongersignalen

Met kleine signalen geven baby's aan dat ze willen drinken. Als hier niet op gereageerd wordt, gaat de baby uiteindelijk huilen.

### Hongersignalen

- Onrustig bewegen in de slaap;
- Bewegen van oogleden;
- Wakker worden;
- Zachtjes smak geluidjes maken;
- Sabbelen op handjes;
- Zoekbewegingen met de mond.



In bovenstaande afbeelding zie je verschillende fasen. Bij afbeelding 5 en 6 wordt het lastig om de baby aan te leggen. Eerst moet de baby gekalmeerd worden. Als je een huilende baby wil aanleggen, zal dat niet gaan. Door het huilen gaat de tong naar achteren en wordt het aanleggen bemoeilijkt.

### Rooming-in

Rooming-in betekent dat jij en je kind dag en nacht bij elkaar zijn op één kamer. Door de WHO (World Health Organization) wordt aanbevolen om de eerste zes maanden je baby dicht bij je te houden, dag en nacht.

#### **Voordelen van rooming-in zijn:**

- Geeft vertrouwen aan je als moeder;
- Je leert je baby kennen;
- Bevordert het hechtingsproces;
- Herkennen van honger/voedingssignalen.

### Referentie

- [www.lalecheleague.nl/borstvoeding-abc/artikel/280-hongersignalen](http://www.lalecheleague.nl/borstvoeding-abc/artikel/280-hongersignalen)
- Riordan, J., & Wambach, K. (2010). Breastfeeding and Human Lactation. Sudbury, Massachusetts: Jones and Bartlett publishers

## Nuttige adressen en telefoonnummers

- In het Laurentius ziekenhuis werken twee door het IBCLC (International Board Certified Lactation Consultant) erkende lactatiekundigen, Miriam Heijkers en Gioia van de Ven.  
Ze zijn bereikbaar via telefoonnummer: 06-50559826.  
Of via mail: [miriam.heijkers@lzt.nl](mailto:miriam.heijkers@lzt.nl) of [gioia.vandeven@lzt.nl](mailto:gioia.vandeven@lzt.nl).
- La Leche League  
Telefoonnummer 0111-413189  
[www.lalecheleague.nl](http://www.lalecheleague.nl)
- Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen  
[www.nvlborstvoeding.nl](http://www.nvlborstvoeding.nl)
- Voor het huren of kopen van hulpmiddelen bij borstvoeding, kunt u terecht bij Medipoint of Groene Kruis winkel (Groene Kruis startpunt bij u in de buurt).  
Voor info: [www.dezorggroep.nl](http://www.dezorggroep.nl)
- Voor vragen over o.a. borstvoeding is de verpleegkundige van de GGD Noord Limburg bereikbaar via [www.ggdlimburgnoord.nl](http://www.ggdlimburgnoord.nl)
- Zie verder Informatiebrief Sociale kaart.



Laurentius Ziekenhuis  
Mgr. Driessenstraat 6  
(hoofdingang bereikbaar via de Oranjelaan)  
6043 CV Roermond  
[www.lzt.nl](http://www.lzt.nl)

Patiëntencommunicatie Laurentius ziekenhuis  
34289840 - Verloskunde/Borstvoeding - november 2019