

Borst voeden van je premature baby na ontslag

Je bent in het ziekenhuis bevallen van een prematuur geboren baby. De borstvoeding is op gang gekomen en je baby drinkt al één of enkele keren bij je aan de borst. Nu is het moment gekomen dat je baby mee naar huis gaat. Na ontslag bouw je thuis het aantal keren dat je kindje aan de borst drinkt verder uit.

Bereid je goed voor op het ontslag. Het zal een intensieve periode zijn, dus probeer thuis extra ondersteuning te regelen. Ga de eerste dagen/week door met hetzelfde voedingsschema als in het ziekenhuis. Vaak is dit 2x per dag voeden aan de borst. De overige voedingen krijgt je baby afgekolfde moedermelk met een flesje.

Voedingsschema bij ontslag

Tijden	Ruimte voor opmerkingen

Gaat twee keer voeden aan de borst goed en is je baby niet te moe, dan kunt je je baby 1x vaker aanleggen. Doe dit opbouwen stapsgewijs. Zo kun je bijvoorbeeld elke drie tot vijf dagen een voeding aan de borst erbij geven. Overhaast dit niet, kijk goed naar je baby. Je kunt zien of je baby het voeden aankan als hij alert is, ontspannen is en energie heeft. Als de baby tijdens het drinken voortijdig in slaap valt of de tepel uit de mond laat vallen is hij er nog niet aan toe. Zo nodig doe je er langer over. Het kan nog best enkele weken duren, voordat je kindje volledig aan de borst drinkt.

Kolven

Als het niet lukt om je baby aan de borst te laten drinken, dan kolf je de borstvoeding af. Je baby kan de afgekolfde voeding per fles drinken.

Als je baby goed heeft gedronken aan de borst, kun je het na-kolven een keer overslaan. Kolf de voeding erna de borsten weer goed leeg.

Kolf bij voorkeur met een elektrische kolf en dubbelzijdig. Een gemiddelde melkproductie voor 24 uur is 700-800 ml. Is de productie veel meer, dan kun je iets minder vaak kolven. De baby zal gemiddeld 150-200 gram per week groeien.

Houd de luiers in de gaten

- 6 plasluiers per 24 uur
- 2 tot 3 keer per 24 uur een poepluier

Als je baby de voedingen aan de borst goed drinkt, hoef je niet vóór en na de voeding te wegen. Is het wegen wel noodzakelijk, dan kun je een weegschaal huren.

Tussendoor kun je je baby altijd wegen op het consultatiebureau.

Couveuse-nazorg

Bij thuiskomst heb je meestal recht op couveuse-nazorg. Dit is afhankelijk van je zorgverzekering. Couveuse-nazorg houdt in dat er een kraamverzorgende 3 of 4 dagen (een paar uur per dag) komt helpen met de verzorging van de baby en de borstvoeding.

Bij vragen kun je altijd bellen met de lactatiekundige van het ziekenhuis. Eventueel kun je bij problemen een vrij gevestigde lactatiekundige inschakelen. Kijk voor vergoedingen je eigen zorgverzekeringsspolis na.

Ook kun je met vragen en voor informatie terecht bij de vrijwillige borstvoeding organisaties Vereniging Borstvoeding Natuurlijk (VBN) en La Leche League (LLL). Zie voor adressen hieronder.

Persoonlijke aantekeningen

Meer informatie

Kijk ook eens op www.borstvoeding.com.

Hier kunt u een protocol lezen over 'Borstvoeding en prematuur'.

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.
Bereikbaar via telefoonnummer: 06-50559826.
Via mail: miriam.heijkers@lzt.nl of gioia.vandeven@lzt.nl.
- **Vereniging Borstvoeding Natuurlijk**
Telefoonnummer 0343-576625
www.borstvoedingnatuurlijk.nl
- **La Leche League**
Telefoonnummer 0111-413189
www.lalecheleague.nl
- **Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen**
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
- Met vragen over o.a. borstvoeding is de verpleegkundige van de GGD Noord Limburg bereikbaar via www.ggdlimburgnoord.nl