

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Borstvoeding en een prematuur geboren bij een zwangerschapsduur van 35-37 weken of een baby met een geboortegewicht onder de P3-groecurve Randprematuur en dysmatuur met gewicht onder de P3-groecurve

Een randprematuur, een baby geboren tussen de 35-37 weken, heeft vaak onvoldoende energie om alle voedingen lang genoeg aan de borst te drinken en meer moeite om gedurende een hele voeding krachtig genoeg te zuigen en effectief te drinken. Dit kan zorgen voor verminderde melkinname waardoor weer verdere afname van de energie bij de baby en voor onvoldoende stimuleren van de borsten met als gevolg vertraagd of niet goed op gang komen van de melkproductie.

Daarnaast heeft een randprematuur door "onrijpheid" vaak moeite om zijn lichaamstemperatuur goed te houden, waardoor minder energie overblijft om te drinken aan de borst.

Een baby met een extreem laag geboortegewicht in verhouding met de duur van de zwangerschap heeft tijdens de zwangerschap geen reserves kunnen opbouwen voor de periode na de geboorte. Door het ontbreken van het onderhuidse vet heeft de baby met name extra calorieën nodig om ervoor te zorgen dat het bloedsuikergehalte, de lichaamstemperatuur op peil blijven en om te groeien; voldoende drinken is dan ook belangrijk.

Starten met alle voedingen aan de borst drinken en het beleid pas aanpassen wanneer de baby te moe wordt, kan ervoor zorgen dat het even duurt voordat de baby zich weer voldoende hersteld heeft om effectief genoeg, lang genoeg en vaak genoeg aan de borst te kunnen drinken. Dit voelt dan vaak als een stap terug in het proces, kan een teleurstelling zijn en kan mogelijk een reden zijn om het borstvoeden op te geven.

Aanleggen langzaam uitbreiden, bijvoeden in de eerste dagen en standaard starten met kolven kunnen ervoor zorgen dat het borstvoedingsproces opbouwend en goed verloopt.

### Praktische tips

- Huid-op-huidcontact geeft de baby warmte, zorgt voor minder stress bij de baby en verlaagt de kans op lage bloedsuikers
- Goede ondersteuning met kussens, zodat uw baby goed ter hoogte van de tepel ligt, spaart de baby energie
- Bij doorgeschoven houding of rugbyhouding kan uw baby het best ondersteund worden, kunt u de borst goed vormen en heeft u beter zicht op de tepel en mond van uw baby
- Door het vormen van de borst evenwijdig aan de mond van uw baby zorgt u ervoor dat uw baby gemakkelijker kan aanhappen. Vooral het afplatten van de borst aan de kant van de onderkaak zorgt ervoor dat uw baby goed met de onderkaak onder de borst kan komen en daardoor meer de grip op de borst kan vasthouden
- Borstcompressie geven kan helpen om de melkstroom tijdens de momenten van zwakker zuigen te verhogen
- Vraag aan de kraamverzorgende, verpleegkundige of lactatiekundige hoe u aan het drinken en het gedrag van uw baby kan zien dat het zuigen/drinken effectief is. Voorkomen van sabbelen aan de borst spaart de

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



baby energie.

## Verschillende houdingen



## Bijvoeden

Baby's die te vroeg geboren zijn hebben soms op basis van medische redenen bijvoeding nodig nog.

Voorbeelden zijn lage bloedsuikers en geelzien.

Een andere reden om een baby die te vroeg geboren is bij te voeden is het behouden van voldoende energie om de lichaamstemperatuur goed op peil te houden en goed te kunnen blijven drinken.

Baby's geboren tussen de 36-37 weken zijn vaak wel in staat om bijvoorbeeld om de voeding aan de borst te drinken en daarnaast bijvoeding te drinken met een cup.

Bij baby's geboren tussen de 35-36 weken zie je soms dat dit de eerste dagen na de geboorte wel lukt, maar dat zij na een paar dagen te moe zijn om het drinken vol te houden. Het geven van sondevoeding is dan soms nodig.

## Kolven

Kolven naast het aanleggen is bij een baby die te vroeg geboren is belangrijk; het zorgt ervoor dat de borsten voldoende gestimuleerd worden en de productie sneller op gang zal komen. Het kolven kan weer afgebouwd worden als uw baby alle voedingen goed aan de borst drinkt en goed groeit zonder bijvoeding.

## Plan

Onderstaand plan kan een houvast zijn om de energie van uw baby goed te houden, het aanleggen uit te breiden en het op gang komen van de melkproductie te bevorderen.

Het plan kan mogelijk wat trager doorlopen worden als u voor de eerste keer borstvoeding geeft en de melkproductie wat trager op gang komt. Of juist wat sneller doorlopen kunnen worden als u al eerder borstvoeding gegeven heeft, omdat dan vaak de melkproductie sneller op gang komt en de hoeveelheid melk ook sneller toe neemt.

Mogelijk moet het plan helemaal herzien worden als uw baby sondevoeding nodig heeft.

Heeft uw baby lage bloedsuikers of heeft uw baby een laag of juist een hoog geboortegewicht voor de zwangerschapsduur of ziet uw baby geel dan kan de arts mogelijk op basis van medische redenen een ander advies geven met betrekking tot het bijvoeden.

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Stap 1

### Dag 1 + 2

Aanleggen 4x per dag en 4x per dag meteen een cup of fles.

### Aanleggen

- Laat uw baby maximaal 20 minuten uit één borst drinken of uit beide borsten 10 minuten per borst
  - zorg dat uw baby met ondersteuning goed ter hoogte van de tepel ligt (spaart energie)
  - leg bij voorkeur aan in doorgeschoven houding of rugbyhouding; u kunt uw baby in die houding het gemakkelijkst naar de borst begeleiden en u heeft een hand vrij om de borst te vormen als dat nodig is of om borstcompressie te geven
  - vraag aan de verpleegkundige om uit te leggen hoe u kunt zien of uw baby effectief drinkt
  - voorkom dat uw baby aan uw borst gaat sabbelen (sabbelen kost extra energie)
  - pas borstcompressie toe (melkstroom is dan tijdens zwakker zuigen hoger)
- Laat het totale voedingsmoment maximaal 30 minuten duren (aanleggen + bijvoeden)
- Hapt uw baby de tweede dag na de geboorte nog niet goed aan en/of zuigt uw baby niet goed door en/of laat uw baby de borst vaak los en/of wil uw baby maar kort drinken vraag dan aan de verpleegkundige om een van de lactatiekundigen in consult te roepen.

Start niet met een tepelhoedje als dit voor de vorm van uw tepel niet nodig is, maar geef uw baby een paar dagen de tijd om het aanhappen te leren.

**Uitzondering:** Bij een randprematuur met een laag geboortegewicht onder de P3 -groeicurve kan een tepelhoedje echt helpen. Door weinig vet in de wangzakken kan ondanks goed aanhappen, het vasthouden van het vacuüm lastiger zijn en mogelijk veel energie kosten.

### Bijvoeden

- Indien uw baby goed en lang genoeg gedronken heeft aan de borst, dan is het aanbieden van de **afgekolfde moedermelk voldoende**
- Indien uw baby niet goed genoeg gedronken heeft aan de borst of kort, dan kan na de borstvoeding het beste nog een **hele** voeding aangeboden worden moedermelk en/of kunstvoeding
- De kinderarts of verloskundige geeft aan hoeveel ml een volledige bijvoeding is. Aantal ml is afhankelijk van geboortegewicht en verhouding geboortegewicht/ zwangerschapsduur.

#### Uitzondering:

- Baby's met geboortegewicht onder de P3-groeicurve hebben vaak na de borstvoeding nog een hele bijvoeding nodig, de kinderarts geeft dit aan
- Baby's die onder de 36 weken zwangerschapsduur geboren zijn hebben ook na de borstvoeding een hele bijvoeding nodig i.v.m. te weinig energie
- Baby's die zich niet goed op temperatuur kunnen houden ondanks goed warmtemanagement hebben ook na de borstvoeding een hele bijvoeding nodig tot de temperatuur stabiel is als uw baby in een wieg ligt met twee kruiken.

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Kolven

Probeer standaard 7x per dag te kolven, waarvan 1x 's nachts tussen 2-4 uur. Het is belangrijk om ook 15-20 minuten te kolven als uw baby goed aan de borst gedronken heeft.

## Algemeen

- Pas minimaal 2x per dag huid-op huidcontact toe, bijvoorbeeld gekoppeld aan het wegen
- Weeg uw baby dagelijks
- Zorg voor een goede en stabiele temperatuur bij uw baby
- Stel baden uit als uw baby onvoldoende energie heeft of een instabiele temperatuur
- Voorkom dat uw baby van hand tot hand gaat bij bezoek, dat kost te veel energie

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Stap 2

### Dag 3 + 4

Aanleggen 4x per dag en 4x per dag meteen een cup of fles. Bij meer dan 30 ml met de fles, cupfeeding kost dan teveel tijd.

## 1. Productie nog niet goed genoeg op gang

### Aanleggen

- Laat uw baby maximaal 20 minuten uit één borst drinken of uit beide borsten 10 minuten per borst
  - zorg dat uw baby met ondersteuning goed ter hoogte van de tepel ligt (spaart energie)
  - leg bij voorkeur aan in doorgeschoven houding of rugbyhouding; u kunt uw baby in die houding het gemakkelijkst naar de borst begeleiden en u heeft een hand vrij om de borst te vormen als dat nodig is of om borstcompressie te geven
  - vraag aan de verpleegkundige om samen met u nog een keer te kijken hoe effectief het drinken van uw baby is
  - voorkom dat uw baby aan uw borst gaat sabbelen (sabbelen kost extra energie)
  - pas borstcompressie toe (melkstroom is dan tijdens zwakker zuigen hoger)
- Laat het totale voedingsmoment maximaal 30 minuten duren (aanleggen + bijvoeden)
- Drinkt uw baby nog niet optimaal dan komt een van de lactatiekundigen nog een keer meekijken
- Mogelijk wordt nu toch een tepelhoedje geadviseerd als uw baby:
  - nog niet goed kan aanhappen
  - de borst niet goed aangezogen kan houden
  - na de eerste zuigreeksen al weer snel in slaap valt

### Bijvoeden

- Indien uw baby goed en lang genoeg gedronken heeft aan de borst, dan kan na de borstvoeding het beste nog een **halve** voeding aangeboden worden moedermelk en/of kunstvoeding
- Indien uw baby niet goed genoeg gedronken heeft aan de borst of te kort, dan kan na de borstvoeding het beste nog een **hele** voeding aangeboden worden moedermelk en/of kunstvoeding
- De kinderarts of verloskundige geeft aan hoeveel ml een volledige bijvoeding is. Aantal ml is afhankelijk van geboortegewicht en verhouding geboortegewicht/ zwangerschapsduur.

### Uitzondering:

- Baby's met geboortegewicht onder de P3-groecurve hebben vaak na de borstvoeding nog een hele bijvoeding nodig, de kinderarts geeft dit aan
- Baby's die onder de 36 weken zwangerschapsduur geboren zijn hebben ook na de borstvoeding een hele bijvoeding nodig i.v.m. te weinig energie
- Baby's die zich niet goed op temperatuur kunnen houden ondanks goed warmtemanagement hebben ook na de borstvoeding een hele bijvoeding nodig tot temperatuur stabiel is als uw baby in een wieg ligt met twee kruiken.

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Kolven

Probeer standaard 7x per dag te kolven, waarvan 1x 's nachts tussen 2-4 uur. Het is belangrijk om ook 15-20 minuten te kolven als uw baby goed aan de borst gedronken heeft.

## Algemeen

- Pas minimaal 2x per dag huid-op huidcontact toe, bijvoorbeeld gekoppeld aan het wegen
- Weeg uw baby dagelijks
- Zorg voor een goede en stabiele temperatuur bij uw baby
- Stel baden uit als uw baby onvoldoende energie heeft of een instabiele temperatuur
- Voorkom dat uw baby van hand tot hand gaat bij bezoek, dat kost te veel energie

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Stap 2

### Dag 3 + 4

## 2. Productie goed op gang en de baby kan langer dan 15 minuten goed aan de borst drinken

### Aanleggen

- Laat uw baby maximaal 20 minuten uit één borst drinken of uit beide borsten 10 minuten per borst
  - zorg dat uw baby met ondersteuning goed ter hoogte van de tepel ligt (spaart energie)
  - leg bij voorkeur aan in doorgeschoven houding of rugbyhouding; u kunt uw baby in die houding het gemakkelijkst naar de borst begeleiden en u heeft een hand vrij om de borst te vormen als dat nodig is of om borstcompressie te geven
  - vraag aan de verpleegkundige om samen met u nog een keer te kijken hoe effectief het drinken van uw baby is
  - voorkom dat uw baby aan uw borst gaat sabbelen (sabbelen kost extra energie)
  - pas borstcompressie toe (melkstroom is dan tijdens zwakker zuigen hoger)
- Laat het totale voedingsmoment maximaal 30 minuten duren (aanleggen + bijvoeden)
- Drinkt uw baby nog niet optimaal dan komt een van de lactatiekundigen nog een keer meekijken

### Bijvoeden

- Indien uw baby goed en lang genoeg gedronken heeft aan de borst, dan hoeft u na de borstvoeding **geen** bijvoeding meer te geven
- Indien uw baby niet goed genoeg gedronken heeft aan de borst of te kort, dan kan na de borstvoeding het beste nog een **halve** voeding aangeboden worden moedermelk en/of kunstvoeding
- Indien uw baby nauwelijks aan de borst gedronken heeft, dan kan na de borstvoeding het beste nog een **hele** voeding aangeboden worden moedermelk en/of kunstvoeding
- De kinderarts of verloskundige geeft aan hoeveel ml een volledige bijvoeding is. Aantal ml is afhankelijk van geboortegewicht en verhouding geboortegewicht/ zwangerschapsduur.

### Uitzondering:

- Baby's met geboortegewicht onder de P3-groecurve hebben mogelijk na de borstvoeding nog steeds een hele bijvoeding nodig, de kinderarts geeft dit aan
- Baby's die onder de 36 weken zwangerschapsduur geboren zijn hebben mogelijk ook na de borstvoeding nog steeds een hele bijvoeding nodig i.v.m. te weinig energie
- Baby's die zich niet goed op temperatuur kunnen houden ondanks goed warmtemanagement hebben ook na de borstvoeding nog steeds een hele bijvoeding nodig tot temperatuur stabiel is als uw baby in een wieg ligt met twee kruiken.

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Kolven

Probeer standaard 7x per dag te kolven, waarvan 1x 's nachts tussen 2-4 uur. Het is belangrijk om ook 15-20 minuten te kolven als uw baby goed aan de borst gedronken heeft.

## Algemeen

- Pas minimaal 2x per dag huid-op huidcontact toe, bijvoorbeeld gekoppeld aan het wegen
- Weeg uw baby dagelijks
- Zorg voor een goede en stabiele temperatuur bij uw baby
- Stel baden uit als uw baby onvoldoende energie heeft of een instabiele temperatuur
- Voorkom dat uw baby van hand tot hand gaat bij bezoek, dat kost te veel energie



# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Stap 3

### Dag 5 + 6

Ga pas over naar deze stap als uw baby zich goed op temperatuur kan houden, geen meconium meer loost, niet geel ziet en groeit

## 1. Productie nog niet goed genoeg op gang of uw baby kan korter dan 15 minuten goed aan de borst drinken

### Aanleggen

- Aanleggen 4x per dag en 4x per dag meteen een fles.
- Laat uw baby maximaal 20 minuten uit één borst drinken of uit beide borsten 10 minuten per borst
- zorg dat uw baby met ondersteuning goed ter hoogte van de tepel ligt (spaart energie)
  - leg bij voorkeur aan in doorgeschoven houding of rugbyhouding; u kunt uw baby in die houding het gemakkelijkst naar de borst begeleiden en u heeft een hand vrij om de borst te vormen als dat nodig is of om borstcompressie te geven
  - vraag aan de verpleegkundige om samen met u nog een keer te kijken hoe effectief het drinken van uw baby is
  - voorkom dat uw baby aan uw borst gaat sabbelen (sabbelen kost extra energie)
  - pas borstcompressie toe (melkstroom is dan tijdens zwakker zuigen hoger)
- Laat het totale voedingsmoment maximaal 30 minuten duren (aanleggen + bijvoeden)
- Drinkt uw baby nog niet optimaal en u denkt dat dit niets te maken heeft met een gebrek aan energie, overweeg dan een lactatiekundige in consult te vragen

### Bijvoeden

- Indien uw baby goed en lang genoeg gedronken heeft aan de borst, dan is het aanbieden van een **halve** voeding voldoende moedermelk en/of kunstvoeding
- Indien uw baby niet goed genoeg gedronken heeft aan de borst of te kort, dan kan na de borstvoeding het beste nog een **hele** voeding aangeboden worden moedermelk en/of kunstvoeding
- De kinderarts of verloskundige geeft aan hoeveel ml een volledige bijvoeding is. Aantal ml is afhankelijk van geboortegewicht en verhouding geboortegewicht/ zwangerschapsduur.

### Kolven

Probeer standaard 7x per dag te kolven. Het is belangrijk om ook 15 minuten te kolven als uw baby goed aan de borst gedronken heeft.

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Algemeen

- Pas minimaal 1x per dag huid-op huidcontact toe, bijvoorbeeld gekoppeld aan het wegen
- Weeg uw baby dagelijks tot kraamzorgperiode afgelopen is. Daarna wegen bij bezoek aan polikliniek of consultatiebureau. Twijfelt u over de groei van uw baby dan kunt op afspraak een keer extra wegen op het consultatiebureau
- Zorg voor een goede en stabiele temperatuur bij uw baby
- Let op de energie die uw baby heeft, dagelijks baden is mogelijk nog te vermoeiend
- Voorkom dat uw baby van hand tot hand gaat bij bezoek, dat kost te veel energie

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Stap 3

### Dag 5 + 6

## 2. Productie goed op gang en de baby kan langer dan 15 minuten goed aan de borst drinken

### Aanleggen uitbreiden

- Aanleggen 5x per dag en 3x per dag meteen een fles
- Aanleggen eerste borst tot uw baby loslaat en de tweede borst aanbieden als "toetje"
- Laat het voedingsmoment maximaal 30 minuten duren

### Bijvoeden

- Geef na het drinken uit de borst **geen** voeding meer na
- Bespreek met kinderarts/verloskundige het aantal ml voor de bijvoeding per fles

### Kolven

- Probeer nog steeds 7x per dag te kolven
- Heeft uw baby goed gedronken aan de borst, kolf dan nog maximaal 40 ml na
- Andere voedingsmomenten borsten leeg kolven, maximaal 15 minuten

### Algemeen

- Pas minimaal 1x per dag huid-op huidcontact toe, bijvoorbeeld gekoppeld aan het wegen
- Weeg uw baby dagelijks tot kraamzorgperiode afgelopen is. Daar wegen bij bezoek aan polikliniek of consultatiebureau. Twijfelt u over de groei van uw baby dan kunt op afspraak een keer extra wegen op het consultatiebureau
- Zorg voor een goede en stabiele temperatuur bij uw baby
- Let op de energie die uw baby heeft, dagelijks baden is mogelijk nog te vermoeiend
- Voorkom dat uw baby van hand tot hand gaat bij bezoek, dat kost te veel energie

# Borstvoeding randprematuur en dysmatuur < P3



## Stap 4

### Vanaf 6de dag

#### 1. Productie nog niet goed genoeg op gang of de baby kan korter dan 20 minuten goed aan de borst drinken of de groei is onvoldoende

- Blijf advies dag 5 en 6 volgen
- Overleg met verloskundige wat de vervolg stappen kunnen zijn
- Overweeg een lactatiekundige in consult te vragen

#### 2. Bij voldoende energie, langer dan 15 minuten drinken aan de borst, voldoende melkproductie en goed groeien

### Aanleggen

- Probeer het aantal keer aanleggen verder uit te breiden tot op vraag voeden
- Bijvoorbeeld door uw baby iedere 2 dagen een keer vaker aan de borst te laten drinken. Lukt dit niet qua energie dan het aantal keren drinken aan de borst langzamer uitbreiden.
- Aanleggen eerste borst tot uw baby loslaat en de tweede borst aanbieden als "toetje"
- Laat het voedingsmoment maximaal 30-45 minuten duren

### Bijvoeden

- Geef na het drinken uit de borst **geen** voeding meer na
- Bespreek met kinderarts/verloskundige het aantal ml voor de bijvoeding per fles

### Kolven

Bijvoeden met moedermelk heeft de voorkeur. Kolf op de momenten dat uw baby een voeding uit de fles drinkt of als uw baby toch bijvoeding nodig heeft

### Algemeen

- Blijf minimaal 1x per dag huid-op huidcontact toepassen, bijvoorbeeld gekoppeld aan het wegen
- Let goed op de energie van uw baby

### Contact

Als u nog vragen heeft, neem dan contact op met uw gynaecoloog, verloskundige of huisarts.

Reinier de Graaf Gasthuis 015 - 260 30 60

Kraamafdeling 015 - 260 35 35

Spoed of klachten tijdens de zwangerschap 015 - 260 33 30

Start bevalling 015 - 260 32 30