

Preventie voedingsproblemen bij zuigelingen



Deze folder is gemaakt voor ouders met baby's waarbij het drinken uit de borst of fles soms moeilijk gaat. De meest voorkomende moeilijkheden worden beschreven en er worden tips gegeven.

Tips bij borstvoeding

Het drinken aan de borst gaat niet altijd makkelijk. Sommige baby's drinken onrustig. Daar kunnen verschillende oorzaken voor zijn.

Hoge melkstroom uit de borst

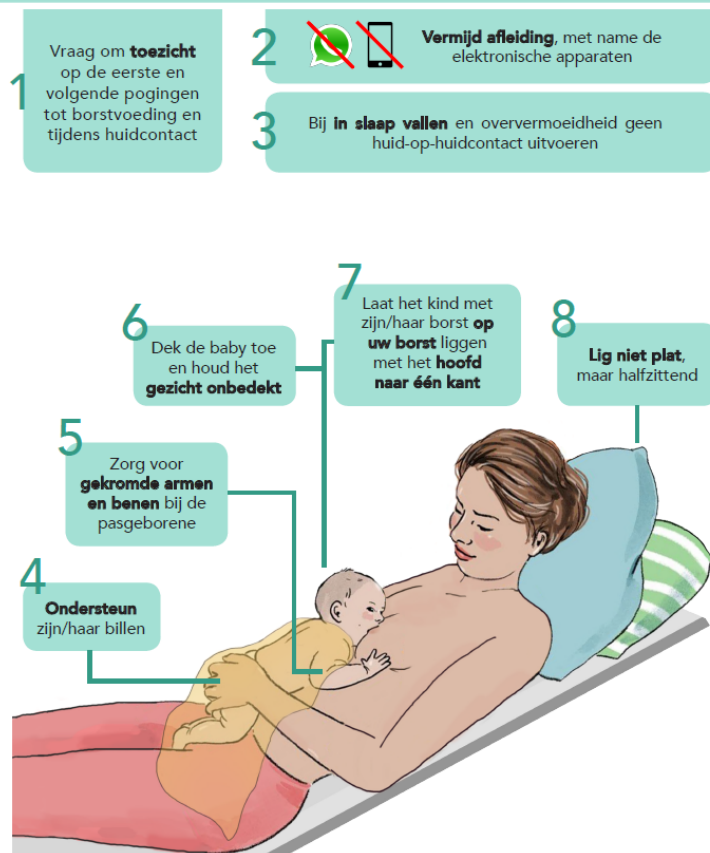
Bij het geven van borstvoeding, kan de baby de melkstroom doorgaans goed aan. Af en toe, bij bijvoorbeeld een flinke toeschietreflex, kan de baby er moeite mee hebben. De baby kan onrustig gaan drinken, veel loslaten, verslikken en hoesten. De meest eenvoudige oplossing kan zijn om uw houding tijdens het voeden aan te passen. Bijvoorbeeld door meer onderuit te gaan zitten als u de toeschietreflex voelt aankomen.

De hoge melkstroom kan ook ontstaan door veel melk. Daarover later meer.

'Laid back voeden' is een positie die comfortabel is. Daarbij zorgt het onderuit liggen ervoor dat de melk tegen de zwaartekracht in stroomt, waardoor de baby minder "last" heeft van de hogere melkstroom.

Veilig huid-op-huidcontact

De 8 veiligheidsregels



Preventie voedingsproblemen bij zuigelingen



Veel melk in de borst

Veel melk in de borst (hele volle borst) kan ook voor onrustig drinken zorgen. Ook na het drinken kan de baby wat onrustig zijn doordat de baby minder aan de vettere melk is toegekomen. Naarmate de borst leger raakt, wordt de melk vetter. Door de eerste borst goed "leeg" te laten drinken, zal de baby ook aan de vettere melk toekomen.

Weinig melk in de borst

Bij weinig melk in de borst, kunnen baby's onrustig gaan drinken en minder gaan groeien. De luiers zullen minder vol zijn en vaker droog zijn dan gewend. De frequentie van de poepluier neemt af en de baby is ontevreden. Er kunnen diverse oorzaken zijn voor het teruglopen van de voeding bijvoorbeeld;

- Niet voldoende frequent aanleggen. De eerste weken hebben veel baby's de behoefte om wel acht tot twaalf keer per dag aan de borst te drinken.
- Tijdens de menstruatie kan de melkproductie tijdelijk afnemen. Vaak neemt de melkproductie weer toe halverwege de menstruatie, mede door extra aanleggen.
- Anticonceptie met hormonen kan de melkproductie laten teruglopen. Er zou dan voor een andere vorm van anticonceptie gekozen kunnen worden.

Bij bovenstaande situatie kan het fijn en helpend zijn om advies vragen bij een lactatiekundige. Wacht niet te lang met het vragen om hulp. Samen met de lactatiekundige kunt u de situatie bespreken, een voeding observeren en kijken naar een oplossing. U kunt een lactatiekundige zoeken op;

<https://www.nvlborstvoeding.nl/locaties/>

Tips bij flesvoeding

Soms gaat het drinken uit de fles niet vanzelf. De baby verslikt zich, is heel onrustig tijdens drinken, spuugt regelmatig na het drinken of weigert zelfs de fles. Om deze problemen te verminderen kun je aanpassingen doen op het gebied van de voedingshouding, de grootte van de slok en wel of niet pauzes inlassen. Hieronder worden deze aanpassingen uitgelegd.

Voedingshouding

Pasgeboren baby's kunnen nog moeite hebben met de coördinatie van zuigen, slikken en ademen. Hierdoor kunnen ze zich sneller verslikken. Dit kan ook gebeuren wanneer het gaatje van de speen te groot is. Om verslikken te voorkomen, worden baby's vaak in zijligging op een kussen gelegd. Indien er dan te veel melk uit de speen komt, kan de melk makkelijk via de mondhoek uit de mond lopen. Op onderstaande foto ziet u hoe u de baby neer kunt leggen. Dit doen we liefst op een gewoon, vrij stevig hoofdkussen dat op schoot wordt gelegd.

Preventie voedingsproblemen bij zuigelingen



Welke fles of speen?

Als uw baby erg klokkend drinkt en zich ondanks de zijligging makkelijk verslikt, kan het zijn dat het gaatje van de speen te groot is. Uw baby kan de hoeveelheid melk die uit de fles komt, nog niet goed wegslikken. Het gebruiken van een speen met een kleiner gaatje, zoals de Prematurespeen of Newborn/Transitionspeen van Dr. Brown's, kan dan een oplossing zijn.

Ademhalingsmoeilijkheden

In sommige gevallen helpt de zijligging en een speen met een klein gaatje nog niet voldoende. Er kunnen dan korte pauzes tijdens het drinken ingelast worden. De speen blijft in de mond maar de fles wordt even naar beneden afgebogen. Hierdoor is de speen leeg en kan de baby op adem komen. U hoeft niet bang te zijn dat uw baby lucht in slikt en daardoor krampjes krijgt. De baby slikt alleen als er voeding in de mond komt of nog in de mond zit. Wanneer de baby merkt dat er alleen lucht komt, zal hij niet slikken.

Zoekkaart preverbaal

Indien bovenstaande tips onvoldoende effect hebben, kunt u een preverbaal logopedist raadplegen. U kunt op internet een preverbaal logopedist vinden middels de 'zoekkaart preverbale logopedie':

<https://www.nvpl.nl/index.php/zoekkaart/>