



Leren drinken bij te vroeg geboren baby's



Ommelander Ziekenhuis
Groningen

Inleiding

Wanneer uw baby te vroeg geboren is (prematuur), of met een te laag geboortegewicht (dysmatuur), kan hij/zij vaak niet meteen zelf (alles) drinken. Prematuren hebben meestal niet genoeg kracht en voldoende uithoudingsvermogen om het drinken vol te houden. Daarnaast kunnen zij het zuigen, slikken en ademen nog niet of onvoldoende goed op elkaar afstemmen. Het is normaal dat het drinken wisselend verloopt. Het ene moment kan het heel goed gaan, het andere moment zal uw baby niet zelf kunnen drinken en sondevoeding krijgen.

U kunt uw baby helpen bij de ontwikkeling van het leren drinken. Het belangrijkste daarbij is dat uw baby veilig leert drinken, zonder zich te verslikken, zonder er benauwd van te worden of op een andere manier stress te ervaren. **Het veilig en ontspannen drinken is belangrijker dan de hoeveelheid die uw baby drinkt.** Op deze manier leert uw baby dat drinken prettig is en worden negatieve ervaringen rondom het drinken voorkomen.

Van de verpleegkundige en/of de pre-logopedist krijgt u begeleiding en adviezen.

Vorbereiding op het voeden

Rustige omgeving

Probeer er tijdens het voeden op te letten dat er zo min mogelijk afleiding is in de vorm van lawaai, praten, fel licht en bezoek. Uw baby leert iets nieuws dat veel energie en aandacht kost.

Wakker zijn

Om te kunnen leren is het belangrijk om wakker te zijn. Als uw baby nog slaapt op een voedingsmoment, dan kunt u proberen uw baby wakker te maken door wat te praten en/of de baby te verschonen (als uw baby nog erg snel moe is, kunt u ook het advies krijgen om ná de voeding te verschonen). Niet elk voedingsmoment zal uw baby voldoende wakker zijn om te kunnen drinken. Dan is het beter dat u uw baby lekker laat liggen, slaap is ook belangrijk. Uw kindje krijgt de melk dan via de sonde. Het kan ook zijn dat uw baby al iets eerder wakker is. Overleg dan met de verpleegkundige of de voeding eerder kan worden gestart. Als uw baby wakker begint, maar tijdens de voeding erg moe wordt, kunt u beter stoppen.

Wikkelen

Wikkel een molton of doek om uw baby. De verpleegkundige leert u hoe u dit het beste kunt doen. De doek geeft stevigheid en steun. Uw baby hoeft

nu zelf minder hard te werken om zijn lichaam in balans te houden. Deze energie kan uw baby nu in het drinken stoppen.

Houding

Zorg ervoor dat uw baby goed ondersteund is tijdens het voeden, met name het achterhoofd, de schouders en de heupjes. Het is hierbij belangrijk dat de nek verlengd is (het hoofdje niet in een knik naar achteren of naar voren). Met flesvoeding is het soms beter om uw baby op de zij te voeden. Bij borstvoeding zijn er meerdere houdingen mogelijk. De verpleegkundige adviseert en helpt u hierbij. Let er op dat u zelf lekker en ontspannen zit, waarbij u goed naar uw baby kunt kijken.

Speen

In overleg met de verpleegkundige en/of logopedist wordt de juiste speen voor uw baby gezocht. Gebruik bij flesvoeding elke keer dezelfde soort fles en type speen. De hoeveelheid melk die uit de speen komt is dan steeds hetzelfde. Het is gemakkelijker voor uw kindje om elke voeding op dezelfde manier te leren drinken.

Aandachtspunten tijdens het voeden

De start van de voeding

Om goed te kunnen zuigen is de tepelzoekreflex een voorwaarde. Bereid uw baby voor op de voeding door rustig met de tepel of speen van het oor naar het mondje te strijken om zoekgedrag uit te lokken. Ook kunt u langs de lippen strijken, zo stimuleert u uw baby om zijn mondje te openen en zelf de tepel of speen in de mond te nemen. Geef uw baby de gelegenheid om te reageren. Plaats de tepel/speen alléén in de mond als uw baby er aan toe is om te zuigen (mond open en tong laag). Zorg ervoor dat de tepel in z'n geheel in de mond wordt genomen of dat de speen tot aan het dikke/brede gedeelte in de mond komt. Opent uw baby de mond niet na een paar keer proberen, dan is uw baby er nu niet aan toe om zelf te drinken en krijgt hij / zij sondevoeding.

Aanpassen van het zuigritme

Het kost uw baby veel energie om het zuigen, slikken en ademen goed op elkaar af te stemmen. Als u merkt dat uw baby buiten adem raakt kunt u uw baby helpen het ritme aan te passen. In overleg met de verpleegkundige of logopedist wordt gekeken hoe lang de zuigreeksen kunnen zijn (in het begin zijn dit meestal 3 tot 5). Laat uw baby een maximaal aantal keer zuigen en onderbreek de voeding (door de speen te kantelen of door de speen terug te trekken uit het mondje). Laat uw baby rustig op adem komen, bied de speen weer aan en laat de baby weer verder drinken. Geef daarna weer een pauze enz. Zo geeft u uw baby de gelegenheid te leren van dit ritme om uiteindelijk zelf adempauzes te nemen.

Voorkomen van stress

Blijf tijdens het drinken goed kijken naar uw kindje. Als u stress-signalen blijft zien, ondanks dat u het zuigritme aanpast, stop dan met voeden. Dan krijgt uw baby de rest van de voeding per sonde.

Voorbeelden van stress-signalen:

- geluiden tijdens het drinken (hoorbare adem, klokkend drinken);
- verslikken;
- kokhalzen;
- knoeien;
- wenkbrauwen optrekken;
- moe worden;
- moeite krijgen met ademen;
- neusvleugelen (neusgaten gaan wijder open);
- onrustig worden;
- wegdraaien hoofd of wegduwen speen;
- dalen van de zuurstofsaturatie;
- dalen van de hartslag;
- stijgen van de hartslag;
- bleke kleur krijgen.

Duur van de voeding

Voed uw baby niet te lang. Stop als uw baby niet meer de volle aandacht heeft, gestrest raakt of moe wordt. Meestal wordt geadviseerd niet langer dan 20-25 minuten met de voeding bezig te zijn. Voor prematuren die niet starten met orale voeding kan 5 minuten al genoeg zijn.

Boeren

Laat uw baby tussendoor goed boeren. Neem hier de tijd voor. Boeren is een vaardigheid die baby's moeten leren. Houd uw baby rechtop of leg uw baby over uw schouder. Eventueel kunt u zachtjes en langzaam over het ruggetje wrijven. U kunt beter niet kloppen; dat geeft veel prikkels.

Wanneer er een bepaalde wijze van drinken geadviseerd wordt, is het belangrijk om deze nieuwe manier een aantal keer uit te proberen. Uw baby heeft tijd en oefenmomenten nodig om te wennen.

Op de couveuseafdeling

Op de couveuseafdeling van het Ommelander Ziekenhuis wordt tijdens elk voedingsmoment bekeken of uw baby er aan toe is om zelf te drinken, of uw baby de voeding vol kan houden, hoe het drinken is gegaan en hoe uw baby het beste geholpen kan worden tijdens het drinken. Er wordt daarbij gelet op h^oe uw baby drinkt en niet op hoev^éél uw baby drinkt. Het is belangrijk dat uw baby de tijd krijgt om zich te ontwikkelen.

Contact

Bij vragen of onduidelijkheden rondom de voeding, kunt u de verpleegkundige en/of pre-logopedist benaderen.





**Samen.
De beste zorg.
Dichtbij.**

ommelanderziekenhuis.nl

T 088 - 066 1000

OZG (06-19) KIN 369