



Uw baby mag naar huis

Uw baby mag binnenkort naar huis na een periode van extra zorg op afdeling Neonatologie van Gelre ziekenhuizen Zutphen. Deze afdeling is onderdeel van het Vrouw en kind centrum Zutphen.

Om de overgang voor u iets makkelijker te maken, bieden we u deze brochure aan. Hierin vindt u tips en aanwijzingen die u kunnen helpen in de omgang met uw baby. Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Stel deze dan gerust aan de arts of verpleegkundige.

Uw baby komt naar huis!

Deze brochure geeft antwoord op de meest gestelde vragen van ouders. De brochure is bedoeld als steun in de rug wanneer uw baby, na een opnameperiode op onze afdeling, thuis komt. De onderwerpen die in deze brochure aan de orde komen, worden globaal besproken.

Wij beseffen dat iedere situatie uniek is en niet alle informatie in deze uitgave hoeft op u van toepassing te zijn. Daarom adviseren wij u bij twijfel contact op te nemen met uw huisarts of wijkverpleegkundige.

Bij dringende vragen kunt u de eerste 24 uur na ontslag bellen naar afdeling Neonatologie via tel: **0575 - 592 889**.

Het opbouwen van een relatie met uw kind

U heeft waarschijnlijk lang naar deze dag uitgekeken en zich er goed op voorbereid. De eerste tijd is niet altijd even gemakkelijk en ontspannen. Uw kind kan onrustig zijn en meer huilen. Dit is een veel voorkomend verschijnsel bij kinderen die in een couveuse hebben gelegen. Een reden voor dit huilen kan zijn dat uw baby nog moet wennen thuis. Uw baby moet nu een dag- en nachtritme opbouwen. Als uw baby veel huilt, draag hem/haar dan lekker bij je. Soms helpt een warm badje of eventueel wat extra voeding. Een bad hoeft niet perse 's ochtends plaats te vinden en voedingstijden kunt u eveneens aan uw eigen omstandigheden en die van uw kind aanpassen. Zorg vooral voor rust en regelmaat.

Tips over de kleding van uw baby

In de praktijk blijkt nogal eens dat ouders vragen hebben over de kleding van hun baby, als hij of zij uit het ziekenhuis komt. Baby's voelen zich het prettigst in natuurlijke stoffen zoals katoen, dat bovendien makkelijk te wassen is.

Het gebruik van wasverzachter is af te raden in verband met overgevoeligheidsreacties hierop. Thuis bestaat de kleding meestal uit een luier met een rompertje, daarover een truitje met een broekje of een boxpakje. Trek uw baby geen knellende kleding aan, maar zorg ervoor dat uw kind zich vrij kan bewegen.



Neem op de dag van ontslag passende kleding (waaronder ook een jasje en een apart mutsje) voor uw baby mee. Neem daarnaast een autostoeltje mee, waarin u uw baby veilig kunt vervoeren (eventueel met een voetenzak of extra dekentje, wanneer het buiten koud is). Probeer voordat u uw kind komt halen, hoe het autostoeltje precies bevestigd moet worden in de auto en hoe u het stoeltje weer kunt ontkoppelen.

Temperatuur

De temperatuur van de babykamer hoeft niet extra hoog te zijn. De eerste week is 20°C een goede omgevingstemperatuur voor uw baby, hierna kunt u de babykamer temperatuur afbouwen naar ongeveer 18°C. Daarbij is het belangrijk dat u dagelijks de babykamer even lucht als de baby niet op de kamer aanwezig is.

In de zomer kan uw baby in het algemeen onder een (katoenen) dekentje slapen, en in de winter onder één of twee (wollen) dekentjes. Dit is echter wel afhankelijk van de lichaamstemperatuur, die rond de 37°C moet zijn.

Eventueel kunt u een extra kruik in de wieg of ledikant leggen. Controleer altijd van tevoren of de kruik niet lekt. Dit kunt u doen door de gevulde kruik goed ondersteboven te schudden. Wikkel de kruik in een kruikenzak en strik of plak het uiteinde goed vast. Zorg er wel voor dat de dop van de kruik altijd naar het voeteneind is gericht. Mocht de kruik namelijk onverhoopt gaan lekken, dan zal het water niet naar de baby lopen. Leg de kruik bovendien altijd op of tussen de dekens, maar nooit direct tegen de baby aan. Het is prettig om de kruik alvast in de wieg of ledikant te leggen, voordat de baby gaat slapen. Het is dan al lekker voorverwarmd. Het is ook handig om dit te doen voordat u uw baby op gaat halen uit het ziekenhuis. Zo komt uw baby thuis in een lekker opgewarmd bedje.

Te warm of te koud

Het is niet de bedoeling dat u elke dag bij uw baby de temperatuur opneemt. Wij adviseren u om dit de eerste twee dagen twee keer per dag te doen. Daarna kunt u het doen als u het idee heeft dat uw baby te warm of te koud aanvoelt. Dit voelt u het beste in het nekje. Bij een blijvende temperatuur van boven de 38°C of juist onder de 36,5°C (ondanks dikkere kleding of een kruik) kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts.

Wieg of ledikant

De keuze voor een co-sleeper, wieg of ledikant is persoonlijk, een wieg geeft meer geborgenheid en houdt uw baby warmer. Er zijn er een aantal zaken waar u, in verband met de veiligheid rekening mee moet houden.

- Zorg voor een stevige, goed passende matras.
- Gebruik geen zeiltjes in bed.
- Zorg dat uw baby niet te warm ligt.
- Maak altijd het bedje zo op dat het hoofdje van de baby onbedekt is en de voetjes tegen het voeteneind komen. Dit noemen we het bedje kort opmaken.



- Stop de deken en het lakentje goed strak in onder het matras bij het voeteneind en aan de zijkanten. Zo draait je kind zich minder makkelijk om. Het strakke instoppen zou ook een geborgen gevoel geven en helpen tegen overmatig huilen.
- Losse kussentjes, kussensloopjes of grote knuffels zijn overbodig en zelfs gevaarlijk.
- Hoewel een dekbedje erg leuk staat, is het de eerste twee jaar af te raden, omdat het in het algemeen te warm is. Doe ook geen dekentje in een dekbedhoes. De kans bestaat namelijk dat uw baby er helemaal onderkruipt, waarbij de aanvoer van frisse lucht onvoldoende is. Ook kan de baby, als hij of zij onrustig is, met het hoofdje in de hoes terecht komen. Dit kan levensgevaarlijke situaties opleveren.
- Wanneer uw baby al iets ouder is, voldoet een slaapzakje prima.
- De spijltjes van het bedje mogen maximaal 4,5 tot 6,5 cm van elkaar staan, zodat het hoofdje niet bekneld kan raken.

Buik- en zijligging is niet wenselijk in verband met de vergrote kans op wiegendood. Leg uw kind in rugligging. Leg het hoofdje afwisselend naar links of rechts. Buikligging is overdag goed, wanneer u in de buurt bent. Af en toe op de buik in de box is zelfs een goede oefening voor de nekspieren.

Voor meer praktische informatie omtrent veiligheid verwijzen we u door naar:

www.veiligheid.nl/kinderveiligheid

www.opvoeden.nl/veiligslapen

Waak- en slaapritme van uw baby

Uw baby begint zich op de leeftijd van twee tot vier maanden bewust te worden van de omgeving. Soms gebeurt dit zelfs nog eerder. De slaaperiodes zullen korter worden en de behoefte aan aandacht kan groter worden. Leg uw kind daarom gerust na de voeding een poosje in de box.

Als uw kind aangeeft dat het moe is, kunt u uw kind beter in zijn of haar wiegje laten slapen. De hoeveelheid slaap die een kind nodig heeft, wisselt per kind. Een algemene richtlijn is dat baby's tot twee maanden ongeveer 14-18 uur per dag slapen. Een kind dat in de couveuse heeft gelegen, is echter vaak wat 'wijzer', waardoor de slaapbehoefte minder kan zijn. Door goed naar uw kind te 'luisteren' en te kijken, zult u zijn of haar ritme snel genoeg herkennen.

VeiligheidNL adviseert om de eerste 6 maanden ouders en kind niet te scheiden. Zet het bedje het eerste halfjaar zo dicht mogelijk bij het ouderlijk bed. Houd ook overdag enig toezicht tijdens het slapen. Samen met een kind in één bed slapen, is zeker in de eerste vier maanden een risicofactor voor wiegendood. Het kind kan het te warm krijgen door het dekbed, tussen matrassen bekneld raken, uit bed vallen of met zijn gezichtje tegen kussens aandrukken. Bovendien kan een slapende ouder op het kind rollen.

Patiënteninformatie wordt met de grootste zorg samengesteld. Het betreft algemene informatie.

U kunt aan deze uitgave geen rechten ontlenen.

© Gelre ziekenhuizen
www.gelreziekenhuizen.nl



Meeroken

Meeroken of passief roken is het inademen van de tabaksrook van iemand anders. Wanneer iemand in het bijzijn van je kind rookt, bijvoorbeeld in huis, loopt je kind allerlei risico's. Kinderen ademen sneller dan volwassenen waardoor ze meer rook binnenkrijgen. Rookgeur in de kleding wordt ook ingeademd en is dus schadelijk.

Risico's van meeroken

Er zijn veel onderzoeken gedaan naar de risico's van meeroken voor kinderen. Meeroken geeft onder andere een verhoogd risico op:

- middenoorontsteking;
- verkoudheid;
- infecties van de lage luchtwegen;
- benauwdheid en piepende ademhaling;
- verminderde longfunctie;
- het verergeren van astmatische klachten.

Voeding

Borstvoeding

Als u bij ontslag volledig borstvoeding geeft raden wij u aan uw baby de eerste week tussen de 8-12x per 24 uur borstvoeding te geven. Als uw kind niet zelf wakker wordt voor een voeding raden wij u aan uw baby elke 3 uur (na de start van de vorige voeding) te wekken. 1x per etmaal mag uw baby 5 uur tussen een voeding doorslapen.

Borstvoeding geven gaat goed als:

- uw baby tevreden is tussen de voedingen,
- zich alert meldt voor een voeding,
- uw borst(en) na een voeding duidelijk soepeler zijn en
- u minimaal 6 plasluiers en 1 poepluier per dag verschoont.

Wij willen u adviseren om uw baby 1 week na ontslag te wegen op het inloepspreekuur van het consultatie bureau om te kijken of hij/zij goed groeit. Groeit uw baby goed en gaat borstvoeding geven goed? Dan kunt u uw baby op verzoek voeden. U hoeft het dan niet meer te wekken voor een borstvoeding, tenzij uw kinderarts u dit aanraadt.

Soms heeft uw baby een regeldag. Hij/zij huilt dan veel en vraagt vaker om voeding. U kunt gerust uw baby vaker aanleggen. Een regeldag is over het algemeen binnen 24 uur weer voorbij.

Wilt u thuis moedermelk afkolven, bewaren of opwarmen? Kijk in de folder 'Borstvoeding' van Gelre ziekenhuizen.

Krijgt uw kind bij ontslag een combinatie van borstvoeding en bijvoeding? Vraag dan naar de folder: 'Opbouwen borstvoeding, afbouwen bijvoeding'. De combinatie van



borstvoeding geven, kolven en bijvoeding geven kost veel energie. Het is belangrijk hier zo snel mogelijk een goede balans in te vinden. De folder kan u hierbij helpen.

Betrouwbare informatie over borstvoeding kunt u vinden op LaLecheLeague.nl

Wilt u na opname een Lactatiekundige inschakelen? Met een verwijzing van de kinderarts, verloskundige of gynaecoloog kunt u een poliklinische afspraak bij de lactatiekundigen van de Gelre ziekenhuizen maken. Dit consult is gratis.

Zonder verwijzing kunt u een afspraak maken met een vrijgevestigd lactatiekundige bij u in de buurt: www.nvlborstvoeding.nl

Hier zijn kosten aan verbonden, die mogelijk vergoed worden door uw ziektekosten verzekeraar.

Flesvoeding

- Volg de adviezen van het consultatiebureau op.
- Het is belangrijk dat flesvoeding op een hygiënische wijze bereid wordt. Was daarom altijd eerst uw handen voordat u begint met het bereiden van de flesvoeding.
- Maak iedere fles per keer klaar.
- Je kunt voor flesvoeding koud kraanwater gebruiken. Bij oude loden leidingen is het beter om bronwater te gebruiken.
- De fles kun je opwarmen met een flessenwarmer, een pan water of de magnetron (moedermelk niet in de magnetron). Het is dus niet nodig om het water eerst te koken.
- Het is belangrijk dat je de fles klaarmaakt volgens de instructie die op de verpakking staat. Doe niet meer poeder in de fles dan voorgeschreven.
- Voel na het opwarmen of de melk niet te warm is door een druppel uit de fles op je pols te laten vallen.
- Klaargemaakte voeding kun je maximaal 8 uur in de koelkast bewaren.
- Warm nooit restjes voeding opnieuw op!

Op afdeling Neonatologie kunt u ondersteuning krijgen bij het leren bereiden van flesvoeding. De voedingsassistente wil u hier graag bij helpen.

www.opvoeden.nl/baby/gezondheid-en-voeding/flesvoeding/flesvoeding-klaarmaken

Fles schoonmaken:

- De fles, speen en fopspeen moet bij in gebruik name uitgekookt worden.
- Het uitkoken van de flessen en spenen is niet nodig als je ze regelmatig meeneemt in de vaatwasser.
- Spoel de fles en speen direct na de voeding om. Gebruik daarvoor koud water om aankoeken van melkresten tegen te gaan. Was daarna de fles en speen met heet water en afwasmiddel en gebruik daarbij eventueel de flessen- of speenborstel. Spoel ze daarna schoon met water zonder zeep. Een vaatwasprogramma van 55



graden of hoger zorgt ook voor een goede reiniging. Dep fles en speen droog en bewaar ze op een schone, afgesloten plaats.

- Gebruik spenen niet langer dan zes weken. Controleer regelmatig of er geen scheurtjes in de spenen zitten.

Vitamine D en K

Baby's en kinderen tot 4 jaar krijgen het advies om extra vitamine D te slikken. Zij kunnen het namelijk nog niet voldoende uit hun voeding en uit zonlicht halen. Dit betekent dat ALLE kinderen vanaf de 8^e dag tot 4 jaar, per dag 10 mcg vitamine D nodig hebben, ongeacht het type voeding.

Pasgeboren baby's hebben nog niet de darmbacteriën om zelf vitamine K aan te maken, dit helpt bloedingen te stoppen. Daarom heeft je kindje als hij borstvoeding of minder dan 500 ml flesvoeding krijgt, vanaf de 8^e dag en gedurende zijn eerste 3 maanden 150mcg vitamine K nodig. Kijk op de bijsluiters hoeveel druppels geadviseerd wordt, dit verschilt per merk.

Deze zijn zonder recept verkrijgbaar bij apotheek of drogist.

Toevoegingen aan de voeding en medicijnen

Sommige kinderen hebben extra toevoegingen aan de voeding of medicijnen nodig. De arts zal een recept hiervoor schrijven.

Toevoegingen aan de voeding worden door de voeding heen gedaan, en de voedingsassistente of de verpleegkundige kan aan u laten zien hoe dat moet.

Medicijnen smaken vaak niet lekker, daarom raden wij u aan dit met een beetje voeding afzonderlijk door de speen of per lepeltje te geven. Dit kunnen wij met u oefenen op de afdeling.

Vermeng medicijnen niet met een gehele voeding. Mocht uw baby niet de gehele fles leeg drinken, dan heeft hij of zij niet de gehele dosis gekregen. Krijgt uw baby borstvoeding, dan kunt u de medicijnen met een lepeltje voor de voeding geven.

Voedingstijden

Hoeveel flesvoeding je kind dagelijks nodig heeft, is afhankelijk van zijn gewicht. Over het algemeen geldt een richtlijn van 150 ml per kilo lichaamsgewicht per 24 uur. Weegt je baby bijvoorbeeld 4 kilo, dan is $4 \times 150 \text{ ml} = 600 \text{ ml}$ voldoende. Maar dit is slechts een richtlijn. Je baby bepaalt zelf hoe vaak en hoeveel hij wil drinken. Als je baby genoeg plast, ongeveer zes natte luiers op een dag heeft en goed groeit en levendig is, dan weet je dat hij genoeg binnenkrijgt. Een handige richtlijn om een jonge baby voeding te geven is door met intervallen van minimaal twee en maximaal vier uur te werken. 's Nachts kunnen deze intervallen wat langer zijn.

Of de hoeveelheid voeding omhoog mag, gaat in overleg met de kinderarts en/of het consultatiebureau.



Dagelijkse verzorging

Doe uw baby niet iedere dag in bad in verband met een droge huid. Gebruik liever geen zeep in bad, maar masseer het kind liever na het bad in met wat lotion of olie. Speciale badolie kan wel. De nagels van uw baby groeien erg langzaam en zijn nog erg dun. Knip ze de eerste zes weken niet, want de kans op een ontsteking is erg groot. Krabt de baby zichzelf, trek dan de mouwtje over de handjes heen. U kunt de huid van de wangen van uw baby beschermen door deze in te smeren met vaseline.

Het navelstompje of wanneer deze is afgevallen heeft geen extra verzorging, tenzij het er rood en geïrriteerd uitziet. In dat geval maakt u het dagelijks schoon met een gaasje met water waarna u het droogdept.

Ontlasting

De ontlasting van een baby kan verschillen door de voeding die de baby krijgt. In het algemeen is het als volgt: Bij borstvoeding: zachte papperige ontlasting die goudachtig van kleur is, gemiddeld twee tot vijf keer per dag de eerste maand. Daarna één tot twee keer per dag tot één keer per week. Bij flesvoeding: dikke lichtgele ontlasting, vaak korrelig, gemiddeld minder vaak dan bij borstvoeding. Niet alle baby's hebben dagelijks ontlasting.

Familie en bezoek

U heeft misschien een minder gezellige kraamtijd gehad, omdat uw baby in het ziekenhuis lag. Als uw baby thuis komt, kunt u overwegen om alsnog een kraamperiode te houden. U kunt er natuurlijk ook voor kiezen om de eerste week voor uzelf te houden om als gezin uw ritme te kunnen vinden.

Het is aan te bevelen om voor uzelf een dagelijks rustuurtje aan te houden. Denk bij het ontvangen van het kraambezoek in de eerste plaats aan uzelf en uw gezin. Het is verstandig om vaste bezoektijden af te spreken.

Hoewel uw baby geen tere couveusebaby (meer) is, raden wij u toch aan om bezoekers die verkouden zijn, een koortslip hebben, die hoesten of diarree hebben, te vragen om pas op bezoek te komen wanneer zij beter zijn. Ook kinderen met deze verschijnselen of met kinderziekten kunt u beter nog niet bij uw baby laten. Tevens raden wij u aan ervoor te zorgen dat er niet gerookt wordt in de ruimte waar uw baby zich bevindt. Bedenk dat bezoek voor uw baby onrustig kan zijn ook al slaapt hij of zij op de arm. En beslis zelf of het bezoek uw baby mag vasthouden.

Het RS-virus

Het RS-virus (Respiratoir Syncytieel virus) is de meest voorkomende oorzaak van ernstige luchtweginfecties bij baby's en kinderen onder de vier jaar. Bij oudere kinderen en volwassenen veroorzaakt het RS-virus een flinke verkoudheid. Bij pasgeboren baby's en te vroeg geboren baby's zorgt het virus voor een bronchiolitis. Dit is een ontsteking van de fijnere luchtpijpvertakkingen in de longen. Hierdoor lopen zij een groter risico om opgenomen te moeten worden in het ziekenhuis.



De infectie treedt meestal op tussen oktober en april, in jaarlijks terugkerende epidemieën. Een baby raakt meestal besmet met het virus, door contact met iemand die 'gewoon' verkouden lijkt te zijn. Hoewel een besmetting niet altijd valt te voorkomen, zijn er wel maatregelen die helpen om de kans op een besmetting met het RS-virus te verkleinen:

- Handsen wassen met warm water en zeep, voordat de baby wordt aangeraakt.
- Mensen die verkouden zijn of koorts hebben, niet te dicht in de buurt van de baby laten komen.
- Gebruikte zakdoeken/tissues meteen weggooien en daarna de handen wassen.
- Probeer andere kinderen uit de buurt van de baby te houden, zeker als zij verkouden zijn.
- Vermijd indien mogelijk drukke plaatsen, zoals crèche, dagopvang, wachtkamers en winkelcentra.
- Rook niet in de buurt van de baby.
- Maak gebruikt speelgoed geregeld grondig schoon.

Naar buiten

Met uw baby buiten wandelen kunt u het beste pas doen als uw baby zich goed op temperatuur houdt. Wanneer kinderen kleiner zijn, hebben ze vaak meer moeite zichzelf op temperatuur te houden. Bij veel wind, regen of kou raden wij u af te gaan wandelen als daar geen dringende reden voor is.

Als u met uw baby naar buiten gaat, zorgt u dan in elk geval dat hij of zij goede winddichte kleding draagt en een passende muts in verband met warmteverlies via het hoofdje. Met de auto op pad mag natuurlijk altijd in het autostoeltje. Gebruik dan altijd een jas en muts.

's Zomers moet u uw baby tegen te felle zonnestralen beschermen. Een parasol, zonnehoedje en een goede zonnebrandcrème voor baby's vormen een goede bescherming tegen te felle zon. Ook hier geldt weer; te weinig warmte is niet goed, maar te veel ook niet.

Autorijden

Wij raden lange autoritten (bijvoorbeeld naar het buitenland) in het eerste jaar af. Wanneer u toch een lange rit gaat maken, is het belangrijk regelmatig een pauze te nemen.

Iedere twee uur pauzeren is aan te raden, omdat het langer dan twee uur in een autostoeltje zitten slecht is voor de rug van de baby. Verder is het belangrijk dat uw baby in een goedgekeurd autostoeltje wordt vervoerd, dat de baby voldoende ondersteunt.

Het autostoeltje mag niet geplaatst worden op een stoel met een airbag of de airbag moet uitgeschakeld worden. Neem uw baby nooit los op schoot en zeker niet op de voorbank. Een reiswieg is ook af te raden, omdat de baby hier los in ligt en de wieg bovendien slecht vast te zetten is.



Uitgestelde kraamzorg

In de meeste gevallen is het aan te raden om uitgestelde kraamzorg of couveuse nazorg aan te vragen. Deze kraamzorg is bedoeld om u in de thuissituatie wegwijs te maken wat betreft de verzorging van uw baby. U wordt dan eventueel geholpen met de borstvoeding, het klaarmaken van bijvoorbeeld het badje, voeding en kruik, het uitkoken van de fles, enz. Deze zorg is dus bedoeld voor u en uw baby. Huishoudelijk werk valt hier niet onder.

Helaas vergoeden niet alle zorgverzekeringen uitgestelde kraamzorg. Raadpleeg hierover van tevoren uw eigen zorgverzekering.

Het consultatiebureau

Tussen de tiende en vijftiende dag na de geboorte komt de wijkverpleegkundige normaal gesproken bij u langs om kennis te maken. Bij ontslag sturen wij een fax dat uw baby naar huis is en schrijven wij kort bijzonderheden over uw baby op. De wijkverpleegkundige neemt dan contact met u op en maakt een afspraak met u.

Inentingen

Op het consultatiebureau wordt uw kind onder andere ingeënt tegen DKTP (Difterie, Kinkhoest, Tetanus en Polio), pneumokokken en HIB (haemophilis influenzae en Hepatitis B). U ontvangt de papieren hiervoor thuis.

Bij een te vroeg geboren baby raden wij u aan om de eerste inenting te halen op het consultatiebureau op het normale tijdstip van ongeveer twee maanden na de geboorte.

Bereikt uw baby in het ziekenhuis de leeftijd van twee maanden? Dan bekijkt de kinderarts of de inenting op de afdeling gegeven moet worden. Is dit het geval, dan neemt de verpleegkundige hierover contact met u op.

De juiste tijdstippen voor deze inentingen staan overigens vermeld in de informatie die u thuis ontvangt, samen met de inentingspapieren. Als u hierover vragen heeft, kunt u dit bespreken met de verpleegkundige van het consultatiebureau.

Het ontslag

Samen met een verpleegkundige wordt een ontslaggesprek gepland. Tijdens dit gesprek kunt u al uw vragen omtrent het naar huis gaan met uw baby voorleggen aan de verpleegkundige. Ook wordt de ziekenhuisperiode met u geëvalueerd.

Wij willen graag onze zorg verbeteren, daarom vragen we u om uw ervaringen te delen. Hoe doet u dat?

Ga naar de website: www.gelreziekenhuizen.nl/uwmeningtelt

Inlogcode: kind-z



De dag van ontslag uit het ziekenhuis

De dag waarop uw baby ontslagen wordt uit het ziekenhuis, is een feestelijke dag. Voordat u uw baby thuis in de wieg heeft liggen, heeft u echter heel wat moeten regelen. Waarschijnlijk heeft u al geïnformeerd of u in aanmerking komt voor uitgestelde kraamzorg, is de babykamer klaar en heeft u voldoende voeding / medicijnen in huis.

Wat er verder tot de babyuitzet behoort, heeft u kunnen vinden in de informatiebrochure van uw kraamcentrum. Het tijdstip waarop u uw baby komt halen heeft u eerder afgesproken met de verpleegkundige. Neem op de dag van het ontslag passende kleding mee voor uw baby, alsmede een jas en muts en denk vooral aan het autostoeltje. Behalve de papieren die onder het kopje 'Administratieve zaken' worden beschreven, moet u eraan denken de persoonlijke spullen van uw baby, zoals knuffels, speelgoed, kleding, fles en eventuele moedermelk uit de vriezer meenemen.

Administratieve zaken

Bij het ontslag uit het ziekenhuis moeten ook administratieve zaken worden afgewikkeld. U krijgt van ons de onderstaande formulieren mee:

- Een eventuele afsprakenkaart voor de poliklinische controle bij de kinderarts.
- Voor de hiepriek (wordt op de 4e dag afgenomen) ontvangt u een envelop met een registratienummer. Bewaar deze envelop goed bij de overige papieren van uw baby en de inentingspapieren.
- Indien nodig: recepten voor medicijnen en / of voeding.
- Een wijk- / kraamoverdracht; hierop staat een kort verslag van de geboorte en opnameperiode van uw baby, voedingsvoorschriften en eventueel voorgeschreven medicijnen.
- De huisarts krijgt bericht van de kinderarts over de diagnose en het verloop van de opname van uw kind.

Belangrijk: wilt u alstublieft telefonisch de verloskundige op de hoogte brengen dat uw baby thuis is gekomen?

Telefonische nazorg

Wij verzorgen telefonische nazorg voor ouders van een kind dat langer dan één week bij ons op de afdeling heeft gelegen. Dit houdt in dat u na één dag thuis gebeld wordt door een verpleegkundige. In dit gesprek kunt u vragen stellen over de zorg voor uw baby. U heeft dan ook de mogelijkheid eventuele problemen te bespreken.

Heeft u vragen?

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen dan kunt u de eerste 24 uur na ontslag contact opnemen met afdeling Neonatologie via tel: **0575 - 592 889**.

Daarna kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts als uw kind ziek is. Heeft u algemene vragen, bijvoorbeeld over de voeding? Neem dan contact op met de wijkverpleegkundige.



Meer informatie

Bij diverse organisaties kunt u meer informatie krijgen of antwoord op uw vragen. De vereniging van Ouders van Couveusekinderen (V.O.C.) is altijd bereid u in contact te brengen met andere ouders van couveusekinderen zodat u ervaringen kunt uitwisselen.

Vereniging van Ouders van Couveusekinderen (V.O.C.)

De V.O.C. bestaat uit ouders van couveusekinderen die geschoold zijn in het begeleiden en opvangen van andere ouders van couveusekinderen. Zij werken vanuit ervaring met hun eigen couveusebaby. De vereniging is bereikbaar via:

Landelijk Secretariaat V.O.C.

Postbus 1024, 2260 BA Leidschendam

Tel: 070 - 386 25 35

E-mail: info@couveuseouders.nl

www.couveuseouders.nl

Samenwerkende Borstvoedingsorganisaties (SBO)

www.borstvoeding.nl

NVL: De Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen

www.nvlborstvoeding.nl

Link om eens te bekijken op internet

- www.vroeggeboorte.nl