



Het geven van flesvoeding

Borstvoeding is de meest natuurlijke en daarom de meest geschikte zuigelingenvoeding. Mocht je om een bepaalde reden geen borstvoeding (kunnen) geven, dan is flesvoeding het alternatief. Ook kun je ervoor kiezen om afgekolfde melk met de fles te geven. In deze folder lees je meer over het geven van flesvoeding.

Flesvoeding in het ziekenhuis

Tijdens de ziekenhuisopname raden wij je aan een eigen fles en speen mee te nemen, dan kan je baby hier alvast aan wennen. Wij adviseren een rechte speen met een smalle basis. In het ziekenhuis is het nodig om deze dagelijks uit te koken. De afdeling beschikt over een magnetronsterilisator.

Ook mag je je eigen flesvoeding meenemen. Breng de voeding in poedervorm mee naar het ziekenhuis. Mocht je onverhoopt niets bij je hebben, dan is er natuurlijk op de afdeling flesvoeding en eenmalige flesjes met speentjes aanwezig. De verpleegkundige kan je vertellen welke flesvoeding er op de afdeling is.

Hoe geef je de fles

- zo nodig de baby verschonen;
- handen wassen;
- de baby zo nodig in een omslagdoek wikkelen;
- de baby in zijligging op jouw benen leggen. Het hoofdje ligt iets hoger dan de billen. De baby ligt met het oor, de schouder en de heup richting het plafond;
- gemakkelijk en ontspannen gaan zitten;
- vouw voor het aanbieden van de fles de speen dubbel. Houd hem op de kop en laat de speen vol lopen met voeding. Dit is niet bij ieder merk nodig, maar wel bij de wegwerpspeen;
- met de speen de wangen en de lippen aanraken. Wacht tot de baby groot hapt;
- de fles tijdens de voeding zo horizontaal mogelijk houden;
- de tong moet laag, dus onder de speen in de mond liggen. Zorg dat de lippen naar buiten krullen om het brede deel van de speen. Dus niet alleen om het voorste smalle gedeelte;
- zo nodig de baby tussendoor laten boeren;
- als de voeding is gegeven, de baby weer laten boeren;
- je kunt stoppen met de fles als de baby genoeg heeft. Een baby voelt meestal goed aan wanneer hij genoeg heeft gehad;
- de baby zo nodig verschonen;
- handen wassen.



Voeden op verzoek van de baby

De fles geven is een moment om te knuffelen en aandacht aan elkaar te besteden. Door dicht bij elkaar te zijn, verloopt de hechting gemakkelijker. Probeer, terwijl je de fles geeft, oogcontact te maken met de baby. Wissel eens van arm zodat de baby ook een andere kijk heeft. Geef je baby aandacht als het de fles krijgt. Je kunt er voor kiezen om de fles regelmatig tijdens huid-op-huid contact te geven. Probeer zeker de eerste voeding na de bevalling tijdens huid-op-huid contact te geven.

De ene baby wil vaker drinken of heeft meer honger. Hongersignalen zijn: smakkende geluidjes maken, sabbelen, zoeken naar de speen en dan huilen.

Een voeding duurt gemiddeld twintig tot dertig minuten. Drinkt de baby te snel, neem dan af en toe een pauze of probeer een langzaam druppelende speen. Signalen dat de baby genoeg heeft gehad, zijn wegdraaien, melk uit de mond laten lopen of onrustige bewegingen maken. De meeste pasgeboren baby's hebben om de twee of drie uur een voeding nodig, ook in de nacht.

Clusteren

Veel baby's vertonen een patroon dat 'clustervoeden' wordt genoemd. Ze willen dan meestal in de avond enkele korte voedingen vlak achter elkaar drinken, soms wel elk uur. Het beste is dan om kleine beetjes te geven en de baby wat meer bij je te houden. Jouw baby heeft niet alleen maar honger bij clusteren, maar heeft behoefte om veel bij je te zijn, om zich geborgen en veilig te voelen.

Voldoende voeding

Na enkele dagen weet je of de baby voldoende drinkt, als hij ongeveer zes natte plasluiers heeft, goed groeit, levendig en alert is.

Als je weer thuis bent

Thuis koop je flesvoeding in poedervorm. Het maakt niet uit welk merk je kiest of hoe duur het product is. De kraamverzorgende geeft je thuis informatie over het klaarmaken van voeding op een hygiënische wijze. Maak je je zorgen over het drinken van jouw baby, bespreek dit dan met het consultatiebureau.

Voor meer informatie over kunstvoeding en bijvoeding, kun je contact opnemen met het consultatiebureau of de site van het voedingscentrum raadplegen.

Vragen

Heb je naar aanleiding van deze informatie nog vragen? Dan kun je de verpleegkundige van de afdeling altijd vragen om verdere informatie.

Links

- Meer informatie over voeding vind je op: www.voedingscentrum.nl/nl/zwanger-en-kind/borstvoeding-en-flesvoeding/flesvoeding-geven
- Zorgverleners horen zich te houden aan de Internationale Code voor het op de markt brengen van vervangingsmiddelen voor moedermelk (WHO code). Voor meer informatie over dit document verwijzen we naar: www.unicef.nl