



Patiënteninformatie

Nuttige tips voor thuis van de dienst neonatologie

Inleiding

In deze brochure vindt u richtlijnen om de thuiskomst van uw baby vlotter te laten verlopen. De brochure is samengesteld op basis van veel voorkomende vragen van ouders wanneer zij met hun kindje naar huis mogen.

Uiteraard is het onmogelijk om in deze brochure alle details voor elke situatie te beschrijven. Hebt u na het lezen van deze brochure nog extra vragen, dan kunt u ons dag en nacht bereiken op het nummer 014 44 42 39.

Veel en vooral praktische informatie vindt u ook in de brochures van Kind en Gezin.

Richtlijnen

Voeding

Borstvoeding

Hieraan kan u merken dat uw kindje voldoende drinkt aan de borst:

- Uw kindje slaapt 2 uren of langer na de borstvoeding.
- Uw kindje maakt ook minimaal 6 tot 8 natte luiers per 24 uur.
- Uw kindje ziet er tevreden uit.
- Uw kindje komt gemiddeld 150 gram bij per week.

Hou er rekening mee dat er bepaalde momenten zijn waarop uw kindje meer voeding nodig heeft. Dit zijn de zogenaamde groeispurten. Deze duren meestal maar één dag. Tijdens de groeisput zal uw kindje meer eten vragen. Op zo'n dag mag u uw kindje enkele keren meer aan de borst leggen dan u normaal doet. Deze groeispurten komen meestal voor rond 10 dagen, 6 weken en 3 maanden.

Bij twijfel gebruiken sommige ouders graag een weegschaal om hun kindje voor en na de borstvoeding te wegen. Deze weegschaal kan u huren bij een apotheek of bij uw ziekenfonds. De zelfstandige vroedvrouw heeft ook een weegschaal bij.

Flesvoeding

Volg de richtlijnen van uw kinderarts om kunstvoeding te bereiden. Ook op de poederdozen vindt u hierover duidelijke informatie.

Om kunstvoeding te bereiden, gebruikt u fleswater. Op de fles moet de vermelding staan dat het water geschikt is om babyvoeding te bereiden. Voorbeelden zijn: Evian, Spa Reine, Chaudfontaine, Ordal,...

Voor uitgebreide informatie over borst- en flesvoeding verwijzen we graag naar de infobrochures van Kind en Gezin. Deze hebt u ontvangen tijdens uw verblijf op de materniteit.

De hoeveelheid en frequentie van de voeding voor uw baby wordt voorgeschreven (en na verloop van tijd aangepast) door uw kinderarts of door de arts of de verpleegkundige van Kind en Gezin.

Sommige pas bevallen moeders hebben nood aan nog verdere vroedkundige ondersteuning thuis. Bijvoorbeeld hulp bij borstvoeding of flesvoeding, nazicht van de navel van de baby, observatie van de huidskleur van de baby, ... U kan hiervoor een zelfstandige vroedvrouw contacteren. Het ziekenfonds betaalt de komst van een zelfstandige vroedvrouw terug (terugbetaling van maximum 10 bezoeken). Zo nodig kan deze begeleiding verhoogd worden tot het kind 1 jaar is, mits doktersvoorschrift en met gegronde reden (bijvoorbeeld borstvoeding bij extreme prematuren).

Medicatie

Prematuren hebben vaak nood aan vitaminen (D en K) en ijzer. Als dit ook geldt voor uw baby, zal de kinderarts ze voorschrijven. U kunt de vitaminen bij de apotheek kopen zonder voorschrift. Hoe lang u deze vitaminen moet geven, staat vermeld op het ontslagformulier dat de kinderarts met u overloopt op de dag dat uw kindje het ziekenhuis mag verlaten.

We raden aan om de vitaminen elke dag op ongeveer hetzelfde tijdstip te geven.

Ferricure

Dit is een ijzerpreparaat voor te vroeg geboren baby's en baby's met een te laag geboortegewicht. Zij hebben onvoldoende reserve opgebouwd voor de geboorte.

Ferricure brengt u in het mondje van uw kindje aan. Het verliest een deel van zijn werking wanneer het in contact komt met melk.

D-Cure

Dit gegeven we om rachitis te voorkomen. Rachitis is een tekort aan kalk in de botten.

D-cure mag in de verwarmde flesvoeding of in het mondje als u borstvoeding geeft.

Omgevingstemperatuur

Uw kindje is gewend aan een hogere temperatuur dan die in een thuissituatie. Volg daarom de eerste dag zeker de temperatuur van uw baby op.

Een normale lichaamstemperatuur van een pasgeborene, rectaal gemeten (tussen de billen), schommelt tussen 36,5 en 37,5°C. Als u een lagere temperatuur meet, kleed uw baby dan warmer aan. Ook een mutsje opzetten is dan nuttig. Als u een hogere temperatuur meet, neem dan een dekentje weg of kleed uw baby minder warm aan.

Het is niet nodig om elke dag de temperatuur van uw baby te blijven meten. Als het gedrag verandert (bijvoorbeeld een blekere kleur, uw baby is stiller geworden, eet niet goed, weent overdreven veel, ...) kijkt u wel best de temperatuur na.

Vanaf 38°C (rectaal gemeten) heeft uw kindje koorts. Maak dan zeker een afspraak bij uw kinderarts of huisarts. Kijk zeker na dat de temperatuursverhoging niet komt doordat uw baby te warm toegedekt of aangekleed is.

De temperatuur in de slaapkamer mag 's nachts afkoelen tot 18°C. Overdag is de ideale temperatuur in huis 20 of 21°C.

Bezoek thuis

Uw kindje heeft veel nood aan knuffelmomenten, maar rust en slaap zijn ook belangrijk voor uw baby. Zorg ervoor dat bezoek de slaap van uw kindje niet verstoort.

Wandelen met de baby

U kan gaan wandelen met uw baby bij helder en niet te koud of te warm weer. Kleed uw baby naargelang de temperatuur buiten. Houd er rekening mee dat uw kindje tijdens het wandelen geen lichaamsbeweging heeft wanneer hij/zij in een kinderwagen ligt. Een draagzak zorgt ervoor dat uw kindje niet afkoelt tijdens een wandeling.

Direct zonlicht of (zachte) wind zijn niet goed voor uw baby.

Rust en regelmaat

Uw baby heeft nood aan rust en regelmaat. Probeer te leven volgens een vast ritme. Het babybadje geeft u bijvoorbeeld -indien mogelijk- telkens op hetzelfde tijdstip.

Houd de eerste dagen thuis het voedingspatroon aan zoals uw baby het in het ziekenhuis gewend was. Indien nodig kunt u bijsturen naargelang de noden van uw baby thuis.

Verlenging bevallingsrust

Uw bevallingsrust wordt verlengd met de duur dat uw kindje verbleef op de prematurenafdeling, minimum 7 dagen. Bijvoorbeeld: uw kindje verbleef 3 weken op de afdeling. Uw bevallingsrust wordt dan verlengd met 2 weken.

Op de dag dat u uw kindje mee naar huis mag nemen, kan u een attest vragen aan de kinderarts.

Wiegendood

Om wiegendood zoveel mogelijk te voorkomen, volgt u best volgende regels:

- Leg uw kindje steeds op de rug om te slapen.
- Gebruik geen donsdekens of kersenpitkussens. In een slaapzak voor baby's kan uw kindje wel veilig slapen.
- Zet uw kind geen muts op tijdens het slapen. Het kan hierdoor een te hoge lichaamstemperatuur krijgen wat het risico op wiegendood doet toenemen.
- Laat niemand roken in de buurt van uw kind.

- Zorg voor een aangepaste temperatuur in de kamer waar de baby slaapt. Dit is 18°C 's nachts en 20°C overdag.
- Geef geen medicatie die de ademhaling onderdrukt, bijvoorbeeld: bepaalde hoestsiropen en neusdruppels.
- Wanneer kinderen in een andere omgeving slapen, hebben ze extra toezicht nodig.

Broer en zus

Oudere kinderen kunnen na de komst van een nieuw broertje of zusje boos of angstig reageren. Soms hervallen ze in vorige ontwikkelingsfasen. Sommigen willen terug van een zuigfles drinken, ze vragen opnieuw naar een fopspeen. Soms zijn oudere broertjes of zusjes jaloers. Ze vragen negatieve aandacht, soms tijdens het afkolven of bij de verzorging. Dit is normaal gedrag dat weer spontaan zal verdwijnen als u uw oudere kind voldoende aandacht geeft.

Uw kind kan natuurlijk ook gewoon heel blij zijn met de komst van de nieuwe baby.

Huisdieren

Huisdieren mag u nooit alleen laten met uw kind.

Voor een hond is geurgewenning belangrijk. Dit kan door iets persoonlijks van de baby mee naar huis te nemen terwijl uw kindje nog in het ziekenhuis ligt (bijvoorbeeld een gedragen luier).

Katten houden van warme nestjes. Voorkom dat uw kat in de wieg van uw baby gaat liggen. Sommige ouders vullen de wieg met ballonnen wanneer de baby er niet in ligt.

Tot slot

Wij wensen u en uw baby een prettige en goede thuiskomst. Hebt u nog vragen, dan kunt u steeds terecht bij de verpleegkundigen van de afdeling.

Persoonlijke notities/ vragen

Als u vragen of opmerkingen hebt, kunt u die hier noteren. Zo hebt u ze altijd bij de hand bij een gesprek met de arts of verpleegkundige.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

AZ Turnhout vzw

www.azturnhout.be

info@azturnhout.be

014 40 60 11



@nieuwleven_azturnhout



Campus Sint-Jozef

Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout



Campus Sint-Elisabeth

Rubensstraat 166
2300 Turnhout