

Je te vroeg geboren baby en borstvoeding

In deze folder lees je hoe je borstvoeding kunt geven aan je te vroeg geboren baby.

Belangrijke punten:

- Je baby is te vroeg geboren (prematuur) wanneer hij vóór 37 weken zwangerschap komt. Een prematuur is extra kwetsbaar en moet drinken stap voor stap leren.
- Borstvoeding is de beste voeding voor je baby. Vooral voor prematuren. Moedermelk bevat belangrijke stoffen die je baby beschermen en helpen groeien.
- Je baby kan vaak nog niet zelf drinken. Daarom is het nodig dat jij kolft om je melkproductie op gang te brengen.
- Je baby krijgt eerst voeding via een infuus of sonde. Sondevoeding gaat door een slangetje in de neus naar de maag.
- Je baby leert drinken in stappen.
- Buidelen (huid-op-huidcontact) is heel belangrijk. Het helpt bij de hechting, geeft rust en zorgt voor meer melk.
- Je baby drinkt steeds meer zelf, maar krijgt soms nog voeding via de sonde of fles erbij, totdat hij sterk genoeg is.
- Een lactatiekundige helpt je met kolven, leren drinken aan de borst en alles rondom borstvoeding. Zij blijft je ook thuis ondersteunen.
- Vragen? Bel 0182 -50 52 78

Een te vroeg geboren baby noemen we een prematuur. Je baby is prematuur als hij vóór 37 weken zwangerschap wordt geboren. Hoe vroeger je baby wordt geboren, hoe kwetsbaarder hij is.

Pas vanaf ongeveer 34 weken zwangerschap kan een baby het zuig-slik-ademreflex (de reflex die nodig is om veilig te drinken) gebruiken. Dat betekent nog niet dat je baby dan meteen alles zelf kan drinken. Het leren drinken doen we stap voor stap.

In Zwang en borstvoeding

In Zwang en het Groene Hart Ziekenhuis stimuleren borstvoeding als voeding voor je baby. We vinden het natuurlijk gedrag van je baby en de hechting tussen jou en je baby erg belangrijk. Het maakt niet uit welke vorm van voeding die je baby krijgt.

We geven je eerlijk advies over alle mogelijkheden. Wetenschappelijk onderzoek laat zien dat borstvoeding de beste voeding is voor een baby.

Welk soort voeding krijgt mijn baby nu?

Dit hangt af van:

- hoeveel weken zwanger je was bij de geboorte;
- hoe het op dit moment met je baby gaat. Sommige baby's krijgen eerst vocht of speciale voeding via een infuus (een dun slangetje in een bloedvat). Andere baby's starten met sondevoeding. Dit is voeding die via een dun slangetje door de neus naar de maag gaat.

Je baby krijgt sondevoeding omdat hij nog te klein is om zuigen, slikken en ademen tegelijk goed te regelen. Daardoor kan hij zich makkelijk verslikken.

Waarom borstvoeding geven?

Moedermelk is de beste voeding voor elke baby. Voor een te vroeg geboren baby is het zelfs extra belangrijk.

- Moedermelk van een prematuur-moeder is speciaal aangepast aan de behoeften van een te vroeg geboren baby.
- Je baby neemt de voedingsstoffen ervan optimaal op, ook met een nog onrijp maag-darmstelsel.
- Moedermelk ondersteunt de hersenontwikkeling.
- Je baby krijgt antistoffen binnen die beschermen tegen infecties. Prematuren zijn daar extra gevoelig voor.

Je baby kan misschien nog niet zelf drinken. Daarom is het nodig dat je kolft om je melkproductie op gang te brengen en op peil te houden. Je baby krijgt ondertussen alle gezondheidsvoordelen van je moedermelk.

Als je van tevoren dacht geen borstvoeding te willen geven, is het misschien fijn om toch een periode te kolven. Je baby krijgt dan in elk geval tot de uitgerekende datum alle voordelen van moedermelk. Een prematuur heeft minder tijd in de buik gehad om alle belangrijke stoffen binnen te krijgen die nodig zijn voor een goede start.

Hoe komt de borstvoeding op gang?

Omdat je baby nog niet zelf kan drinken, komt je melkproductie op gang door afkolven.

Je kunt de folder 'Afkolven en bewaren van moedermelk' lezen op ghz.nl/verloskunde.

Begin zo snel mogelijk met kolven. Het verschilt per baby hoe lang je moet kolven voordat hij sterk genoeg is om zelf te drinken. Met elke druppel moedermelk die je nu geeft, help je je baby groeien en gezond blijven.

Wat gebeurt er met mijn melk?

- Je krijgt van ons flesjes, een mandje en etiketten met de naam van je baby.
- De flesjes met afgekolfd melk zet je achterin het mandje van je baby in de moedermelkkoelkast.
- Neem afgekolfd melk van thuis gekoeld mee, in een koeltasje.

Kolf je meer melk dan je baby op dat moment nodig heeft? Dan kunnen we op de afdeling een deel invriezen. We vragen je om thuis ook melk in te vriezen in moedermelk bewaarzakjes. Deze zakjes kun je zelf kopen.

Wanneer kan mijn baby uit de borst leren drinken?

Dit verschilt per baby en hangt af van:

- duur van de zwangerschap;
- het gewicht;
- de vaardigheid om zuigen, slikken en ademen te combineren;

- hoeveel voeding je baby al kan verdragen;
- de lichamelijke conditie van je baby.

De meeste baby's drinken rond de uitgerekende datum volledig uit de borst. Elke baby leert in zijn eigen tempo. Blijf vertrouwen houden in jezelf en in je baby. Het belangrijkste is dat je geniet van het contact samen.

Het voeden van je baby

Tijdens het buidelen (huid-op-huidcontact) kun je goed zien of je baby wakker is, kleine mondbewegingen maakt of zoekt naar de borst. Dit noemen we voedingssignalen. Dat kan een goed moment zijn om te oefenen met voeden.

Als je baby jonger is dan 34 weken, oefenen we eerst aan de borst *zonder melkstroom*. Je baby oefent dan het zuigen-slikken-ademen. Als dat goed gaat, mag je baby oefenen aan de volle borst.

In de eerste weken krijgt je baby vaak nog sondevoeding of voeding uit een fles na het drinken aan de borst. Dit blijft zo totdat je baby sterk genoeg is om een volledige voeding uit de borst te drinken.

Hoe leert mijn baby drinken uit de borst?

Hiervoor gebruiken we het stappenplan. Dit is een schema met 10 stappen die een prematuur doorloopt voordat hij volledig uit de borst drinkt.

De genoemde leeftijden zijn gemiddelden; elke baby ontwikkelt zich anders.

De 10 stappen:

Stap 1 – Huid-op-huidcontact

Buidelen is heel belangrijk. Je baby draagt alleen een luier.

Huid-op-huidcontact:

- versterkt de hechting;
- verbetert de conditie van je baby;
- stimuleert je melkproductie.

Je merkt vaak dat je melk makkelijker toeschiet.

Stap 2 – Mond/neus bij de tepel

Leg je baby tijdens het buidelen dicht bij je borst. Laat hem snuffelen aan je tepel. Zo herkent je baby de geur.

Stap 3 – Melk laten proeven

Je kunt voorzichtig een druppeltje melk uit je tepel drukken zodat je baby dit kan ruiken en oplikken.

Stap 4 – Ruiken en sabbelen

Tussen 32 en 35 weken gaat je baby vaker sabbelen.

Eerst likt hij, later opent hij zijn mond en probeert hij te zuigen.

Let erop dat je borst niet te vol is, anders kan je baby zich verslikken tijdens de toeschietreflex. Dwing je baby niet en blijf veel buidelen.

Stap 5 – Zoekreflex en stimuleren

Je baby leert aanhappen.

Strijk met je tepel over de lippen van je baby. Als hij zijn mond wijd opent, breng je hem naar de borst, zodat hij goed kan aanhappen. Dit is oefenen: soms laat hij nog los.

Stap 6 – Aanhappen wanneer je baby goed wakker is

Je baby hapt aan en blijft vasthouden.

Hij zuigt niet meer alleen voor de vorm, maar probeert echt te drinken.

Deze fase kan lang duren.

Stap 7 – Vasthouden, zuigen en slikken

Je baby zuigt nu krachtiger en je hoort hem soms al slikken.

Hij kan nu zuigen, slikken en ademen tegelijk. Je baby kan voor en na de voeding gewogen worden om te zien hoeveel hij drinkt.

De rest van de voeding krijgt hij via de sonde of eventueel de fles. Nakolven blijft in deze fase nodig.

Stap 8 – Meer borstvoeding, minder sondevoeding

Je baby drinkt vaker aan de borst.

We wegen voor en na de voeding. Zo kunnen we de sondevoeding afbouwen.

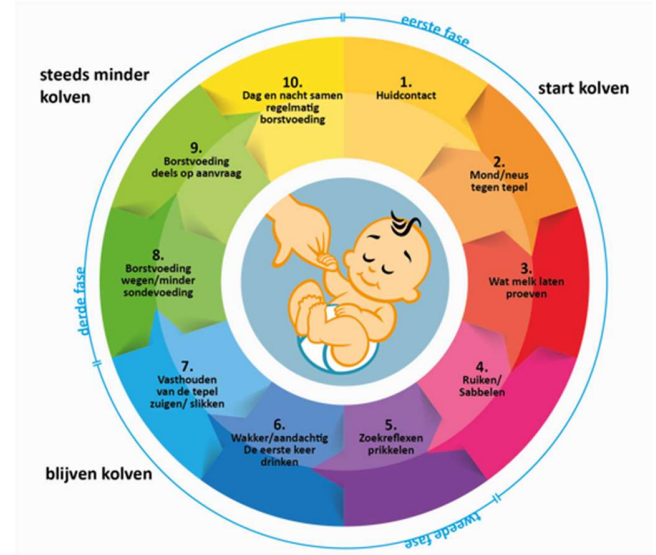
Stap 9 – Borstvoeding op aanvraag

Je baby drinkt vaak aan de borst, maar soms nog niet genoeg voor een volledige voeding. Sonde- of flesvoeding is dan nog nodig.

Als je baby meer uit de borst drinkt, kun je langzaam minder gaan kolven.

Stap 10 – Volledige borstvoeding

Rond de uitgerekende datum drinken de meeste prematuren helemaal uit de borst. Hoe beter je baby drinkt, hoe minder je hoeft te kolven.



Lactatiekundige

Een lactatiekundige is een specialist in borstvoeding. Zij ondersteunt je tijdens en na de opname bij:

- kolven;
 - oefenen aan de borst;
 - de overgang naar volledige borstvoeding.
- Wanneer je baby naar huis mag maakt de lactatiekundige een voedingsplan met je. Ze belt je regelmatig om te horen hoe het thuis gaat.

Mag mijn baby een speen als troost of drinken uit een fles?

Ja.

- Een fopspeen helpt je baby om te oefenen met zuigen.
- Het geeft ook troost bij vervelende handelingen.
- Je baby krijgt bij ons een speciale premature fopspeen.

Als je baby meer zelf mag drinken, geven we soms moedermelk uit een fles.

We gebruiken hiervoor de Checklist Oral Feeding (zie de folder *Het voeden van je te vroeg geboren baby*).

Als je baby goed aanhapt en zuigt, kan hij meestal zowel uit de borst als uit een fles drinken.

Naar huis (met ontslag)

Na ontslag komt je baby terug op de Groei- en Ontwikkelingspoli en/of nazorgpoli. Hier controleren we onder andere de groei. Als je wilt, kun je voor thuis een weegschaal huren om de groei goed te volgen.

Vragen over borstvoeding

De lactatiekundigen zijn bereikbaar op telefoonnummer 0182- 50 52 78. Of via de mail lactatiekundige@ghz.nl.

Groene Hart Ziekenhuis, Locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda
0182 - 50050 50
www.ghz.nl

Colofon

uitgave : Groene Hart Ziekenhuis i.s.m. In Zwang
productie : Marketing & Communicatie
april 2026
08.05.017