



H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Het ontslag nadert ...
Dienst Neonatologie

WELKOM
BIJ HET
H. HARTZIEKENHUIS
MOL



Kwaliteit en Veiligheid Wij doen mee!

Onze kwaliteit aantoonbaar maken

Ons ziekenhuis heeft zich geëngageerd om het accreditatielabel van het Nederlands Instituut voor Accreditatie in de Zorg (NIAZ) te halen. Zo willen we laten zien dat we in het H. Hartziekenhuis Mol hoogkwalitatieve, veilige en verantwoorde zorg leveren. De accreditatie moet onze patiënten, verwijzers, partners en overheden het vertrouwen geven dat we een goed en veilig georganiseerde instelling zijn. Het behalen van het attest vereist een duurzaam engagement van al onze artsen en medewerkers.

Het NIAZ is een onafhankelijk instituut dat kwaliteitsnormen opstelt en ziekenhuizen – op hun eigen verzoek – aan die normen toetst. Met een audit gaat het NIAZ na of het ziekenhuis op zo'n manier is ingericht dat het een aanvaardbaar kwaliteitsniveau haalt én of het die kwaliteit kan monitoren en verankeren. Als dat zo is, krijgt het ziekenhuis een accreditatie voor vier jaar. Daarna volgt een volledige hertoetsing.

INHOUD

Het ontslag nadert	4
Wanneer mag uw kind mee naar huis?	5
Het moment	6
Slaapstudie	7
Verlenging bevallingsrust	8
Zelfstandige vroedvrouw	9
Kind en Gezin	10
Opvolging en controle	11
Sociale dienst en psychologe	12
Verzorging baby	13
Wanneer contact opnemen met de huisarts/kinderarts?	21
Borstvoeding	23
Flesvoeding	24
Vitamine K en D na ontslag	26
Hielprik	28
Wat meebrengen?	29
Bijlage: thuiszorg door de zelfstandige vroedvrouw	30
Nuttige adressen en telefoonnummers	31
Nota's	32

HET ONTSLAG NADERT

Wellicht duiken de komende dagen nog vele vragen op. Dagelijks zullen er zaken aangehaald en verduidelijkt worden.

Om u toch reeds enige voorbereiding of informatie mee te geven, is deze brochure ontwikkeld. Wij raden u aan, als u vragen heeft, ons deze te stellen of ze eventueel neer te schrijven, zodat u hier een antwoord op krijgt.

WANNEER MAG UW KIND MEE NAAR HUIS?

De kinderartsen stellen de datum van ontslag meestal al een tijdje voorop, zodat we er samen naar toe kunnen werken. Belangrijke voorwaarden die voldaan moeten zijn: uw kind kan vlot en volledig drinken en heeft een streefgewicht van minimaal 2400 gram behaald.

De dag van het ontslag komt de kinderarts uw kind nog nakijken en krijgt u de toestemming om te vertrekken. Alle nodige documenten worden u dan ook meegegeven. Deze bevatten een verwijsbrief voor de huisarts, een verwijsbrief voor de vroedvrouw, eventueel een verwijsbrief voor de slaapstudie, een ontslagdocument voor u als ouder en (indien hier recht op) een attest verlenging van moederschapsrust (voor de mutualiteit), etc.

Een gedetailleerde lijst vindt u terug in de opname-en ontslagmap van het ziekenhuis.

HET MOMENT

Wanneer u de zegen van de kinderarts en alle documenten verkregen hebt, bent u klaar om samen met uw kind een stap in de grote wereld te zetten. Wij zullen er voor zorgen dat dit op een zo fijn en veilig mogelijke manier gebeurt. Wanneer u onzeker bent over de installatie in de Maxi-Cosi of autodraagstoeltje zullen wij u hierbij graag een handje helpen.

Vergeet niet de schuiven onder het bedje en het persoonlijke kastje leeg te maken, alsook eventuele ingevroren moedermelk mee te vragen.

SLAAPSTUDIE

In het geval van een premature geboorte is het soms aangewezen dat uw kind op slaapstudie gaat. Dit verneemt u tijdig van de kinderarts en kan in verscheidene gespecialiseerde centra plaatsvinden. Hiervoor is het nodig dat uw kind in het bepaalde centrum (Antwerpen, Leuven, Hasselt, Genk of Turnhout) een nachtje overnacht om gemonitord en geobserveerd te worden. Uw kind krijgt allerhande elektroden aangekleefd en er zullen voor minstens 8 u verschillende zaken zoals hartslag, ademhaling, etc. worden geregistreerd. Voor de voedingen vraagt u best de eerste maal eventjes de verpleegkundige om hulp. Zo bent u zeker dat alles goed blijft geregistreerd.

U dient zich daar de namiddag of avond voordien aan te melden en kan de dag erop tegen de middag vertrekken. Er wordt gevraagd dat één van de ouders ter plaatse blijft overnachten bij uw kind. De praktische info wordt u thuis gestuurd vanuit het centrum waar het slaaponderzoek plaatsvindt.

De dokter die de resultaten afleest, zal u op dat moment meedelen of een thuismonitor aangeraden is of niet. De werking van deze monitor wordt u daar uitgelegd (of eventueel nog bij ons). U wordt er ook geïnformeerd over hoe u dient te handelen bij een alarm.

Vanuit dit centrum kan u, mits toestemming van ons, rechtstreeks naar huis gaan.

Het vervoer heen en terug dient door uzelf voorzien te worden. In sommige gevallen raden wij ziekenvervoer aan. Dit verneemt u dan van ons.

VERLENGING BEVALLINGSRUST

Indien uw baby meer dan 7 dagen, te rekenen vanaf de geboorte, in het ziekenhuis moet opgenomen blijven, kan de bevallingsrust verlengd worden met een duur gelijk aan het aantal opnamedagen van de baby verminderd met 7. Deze verlenging kan tot maximaal 24 weken oplopen.

Hiervan krijgt u een attest bij het ontslag. Dit dient u in te leveren bij de mutualiteit, zodat uw moederschapsrust verlengd kan worden.

ZELFSTANDIGE VROEDVROUW

Wanneer u naar huis gaat met de zorg voor uw kind, staat u er niet alleen voor. Wij laten u de keuze om een zelfstandige vroedvrouw aan huis te laten komen. U bent hierin vrij te kiezen uit een lijst, die wij u op voorhand bezorgen.

Deze vroedvrouw kan tot 7 maal aan huis komen, volledig terugbetaald door de mutualiteit, indien de vroedvrouw geconventioneerd is. Wanneer er verdere zorg noodzakelijk geacht wordt, geeft de arts hiervoor een voorschrift en kan deze zorg onbeperkt worden verder gezet. De uitbetaling gebeurt rechtstreeks door de mutualiteit, zonder tussenkomst van u.

Let op: sommige vroedvrouwen of verpleegkundigen vragen wel een kilometervergoeding. Deze kost wordt niet terugbetaald door het ziekenfonds en is volledig ten uwen laste. Vraag gerust na of de gekozen vroedvrouw deze kilometervergoeding hanteert aan de verpleegkundige op de afdeling.

Indien u een zelfstandige vroedvrouw wenst, kan u de bijlage 'Thuiszorg door de zelfstandige vroedvrouw' (achteraan dit boekje) invullen en bezorgen aan de verpleegkundige op neonatologie. Zij zal voor u de gewenste vroedvrouw contacteren.

De frequentie van de bezoeken bepaalt u zelf in samenspraak met uw zelfstandige vroedvrouw.

KIND EN GEZIN

Kind en Gezin gaat in de laatste twee weken van uw verblijf op onze afdeling eens langskomen als u aanwezig bent, tenzij u verbleef op materniteit en het om een korte opnameperiode gaat.

Zij zullen u reeds enige informatiebrochures rond voeding en groei bezorgen en u verder uitleg verschaffen over de werking van Kind en Gezin.

Zij bezorgen u ook een adres waar u bij u in de buurt terecht kunt voor de consultaties. De eerste afspraak (telefonisch gemaakt) na het ontslag, gebeurt meestal aan huis. Dan vindt ook de gehoortest (Algo-test) plaats. Deze test houdt in dat het kind elektroden op het hoofd krijgt gekleefd en een soort hoofdtelefoon op de oortjes krijgt. Er worden dan signalen uitgezonden, die de hersenen zouden moeten registreren. Deze test gaat vaak gecombineerd met controle van het gewicht en de voedingen. Kinderen die reeds een Bera-test hebben ondergaan, dienen deze test niet te krijgen.

Info: wanneer uw kind prematuur geboren werd, is het normaal dat het niet het gemiddelde verloop volgt van een à term geboren kind. Geef uw kind een jaartje de tijd om zich te ontplooien en eventuele achterstand in te halen. Hij of zij heeft al een hele weg afgelegd.

Wanneer uw kind onder de leeftijd van 37 zwangerschapsweken of met een gewicht onder 2500 gram is geboren, heeft uw kind ook recht op een aangepast vaccinatieschema bij Kind en Gezin. Vraag hier gerust naar, indien u nog geen klevet in het gezondheidsboekje heeft verkregen.

OPVOLGING EN CONTROLE

Het telefoonnummer van de afdeling (014/71 27 29) is u inmiddels bekend. Wanneer u thuis vragen heeft en niet onmiddellijk de zelfstandige vroedvrouw kan bereiken, mag u ons nog steeds contacteren.

Verder geven wij u ook nog het telefoonnummer van de kinderartsen (014/71 23 73) mee. Hun secretaresses helpen u graag verder. In principe bent u vrij om te kiezen tussen een huisarts of een kinderarts. Wel raden wij aan om met kinderen onder de 3 maanden, die erg of aanhoudend ziek zijn langs te gaan bij een kinderarts. Gezonde kinderen worden niet systematisch op de consultatie gepland. Indien dit wel aangeraden is, regelen wij reeds uw eerste consultatie, bij de kinderarts naar uw wens.

SOCIALE DIENST EN PSYCHOLOGE

Indien u nog verdere vragen heeft rond bv thuishulp, verlening moederschapsrust, ouder-kind binding, ... kan u bij de volgende personen terecht:

- Sociale dienst: Belle De Vos 014/71.28.80
- Psychologe: Michelle Vanden Boer 014/71.27.39

VERZORGING BABY

Handhygiëne

Uw eigen handen zijn vaak een bron van ziektekiemen. Zorg er voor dat u na het verluieren, het snuiten van de neus, een toiletbezoek, ... de handen goed wast.

Luier

Vervang de luier van uw baby elke voeding en zeker bij iedere ontlasting. Zorg ervoor dat de billetjes goed proper zijn, anders kan dit zorgen voor irritatie. Bij het reinigen van de billetjes met vochtige doekjes is het belangrijk om na te drogen om irritaties te voorkomen.

Wanneer u merkt dat de billetjes heel rood zijn, kan u ook de vochtige doekjes vervangen door een tissue met lauw water of amandelolie.

Ontlasting

Pasgeborenen maken meestal stoelgang zodra er iets in hun maag komt. Dit is als het ware een reflex. Naarmate uw baby ouder wordt, gaan de darmen meer rijpen en is er meer controle over de darmen waardoor deze reflex verdwijnt.

Elke baby ontwikkelt zijn eigen stoelgangspatroom.

Bij borstgevoede baby's kunnen de vuile pampers verschillen tot één vuile pamber om de zes dagen tot zeven vuile pampers per dag. De stoelgang is meestal zacht/dun en licht bruin/gelig van kleur.

Bij flesvoeding maakt een baby meestal stoelgang om de één à drie dagen. Deze stoelgang is iets vaster/harder en donkerder van kleur.

Zolang uw baby geen klachten heeft, goed groeit en stoelgang maakt zonder pijn is er niets aan de hand.

Oogjes

U kan de oogjes reinigen met een gaasje met fysiologisch water (verkrijgbaar bij de apotheek). Wrijf met het doekje van de buitenkant van de oogjes naar de binnenkant toe (van de zijkant van het oog naar de neus toe). Wanneer de oogjes veel vocht afscheiden, kan het traankanaaltje verstopt zijn. Masseer hiervoor lichtjes de binnenkant van het oogje. Indien de oogjes ontstoken zijn en er geen beterschap optreedt, kan u best contact opnemen met de huisarts/kinderarts.

Oren

Oorsmeer heeft een reinigende functie voor het oor. Een oorstokje kan het trommelvlies beschadigen en kan u best niet gebruiken. U kan de oorschelp reinigen met een vochtig doekje of compresje.

Nagels

De nageltjes van uw baby kunnen pas geknipt worden vanaf 4 à 6 weken na de bevalling. Vroeger mag dit zeker niet omdat ze kunnen ontsteken. Gebruik een schaar met stompe punten en ontsmet dit op voorhand.

Indien de nageltjes een scherpe rand hebben mag u eventueel met een papieren vijltje deze wegvijlen.

Neus

U kan het neusje proper maken met een opgerold gaasje of watten. Eventueel kan u ook spoelen met fysiologisch water (verkrijgbaar bij de apotheek). U moet steeds een nieuw proper gaasje gebruiken. Gebruik nooit op eigen initiatief een neusspray of neusdruppels.

Navel

De navelstomp valt meestal af binnen de 15 dagen na de geboorte. Het litteken dat overblijft is de navel. Zorg ervoor dat u de navel goed droog houdt. Wanneer deze vochtig blijft kan de navel gaan ontsteken. Plooi de pampers steeds om en droog na het badje het naveltje steeds met een droog gaasje.

Temperatuur

De ideale slaapkamertemperatuur is rond de 18°C. Het is belangrijk om de eerste dagen dat u thuis bent de temperatuur van uw baby in de gaten te houden.

Een normale lichaamstemperatuur ligt tussen 36.5 en 37.5 graden celcius. Vanaf 38° C heeft uw baby koorts (zie “Wanneer contact opnemen met de huisarts/kinderarts” voor meer informatie).

Indien uw baby het te koud heeft, denk dan aan een extra body, muts, kousen, ...

Badje

U hoeft uw kindje niet elke dag van kop tot teen met zeep te wassen. Zeep kan de huid uitdrogen en irritatie veroorzaken. Gebruik enkel zeep bij zichtbaar vuil zoals stoelgang. Doe indien nodig olie in het badje.

Het tijdstip van het badje is niet zo belangrijk, dit kan zowel 's morgens als 's avonds. Maar u doet dit best niet vlak na een voeding.

Zorg ervoor dat u uw kindje nooit alleen op het verzorgingskussen laat liggen! In het begin kunnen baby's nog niet veel zelf bewegen, maar voor je het weet rollen ze van het kussen als je even niet in de buurt bent.

Zorg ervoor dat het water op lichaamstemperatuur is, d.w.z. ongeveer 36 à 37 graden celcius. Dit is de meest aangename temperatuur voor de baby. U kan een badthermometer gebruiken, maar controleer het water altijd even met uw elleboog (niet met uw hand). De temperatuur in de kamer is ideaal rond 22 à 24 graden. Laat de baby niet te lang in bad, want het water koelt snel af. Laat uw baby nooit alleen in bad liggen!

Slaaphouding

Om te voorkomen dat uw baby een voorkeurshouding gaat ontwikkelen, kan u de volgende tips in acht nemen.

Bij ruglig: Leg het verzorgingskussen in de lengte voor u, zodat uw baby vanuit de middellijn naar u kijkt. Draai het hoofdje van uw kindje afwisselend naar links en naar rechts. Zo voorkomt u ook een afgeplat hoofdje. Eventueel kan u het bedje ook draaien naar de lichtinval. U kan uw kindje stimuleren om naar de niet-voorkeurskant te kijken, bijvoorbeeld tijdens het voeden.

Als uw baby wakker is, raden we u aan hem dagelijks even op de buik leggen (onder toezicht!). Dit stimuleert de motorische ontwikkeling (hoofdje heffen, handjes naar voor bewegen). Leg uw baby nooit te slapen op zijn buik.

Donsdekens zijn vaak te warm en daardoor riskant voor een kind onder de twee jaar. Bovendien liggen ze los waardoor uw baby er gemakkelijk onder kan schuiven. Het laatste geldt ook voor een dekentje in een dekbedhoes.

Een deken en lakentje rondom ingestopt of een trappelzak zijn veel veiliger.

Maak bij gebruik van een dekentje het bedje zo op dat uw baby met zijn voetjes tegen het voeteneinde ligt. Een passende trappelzak is nog beter, dan blijft het hoofdje zeker onbedekt.

Voor een baby in een gewatteerde trappelzak is een deken niet nodig.

Baby's geboren voor 32 weken zwangerschapsleeftijd worden best opgevolgd door een gespecialiseerde kinesitherapeut om de motorische ontwikkeling te stimuleren. Bij het ontslag geven wij enkele adressen mee, indien van toepassing.

Rust en regelmaat

Het is belangrijk om regelmaat te vinden in voedingsmomenten en een regelmatig slaapritme aan te houden. Vermoeiende reizen, familiefeesten en andere activiteiten die het dag- en nachtritme kunnen verstoren, worden het best zoveel mogelijk vermeden.

Een goede regelmaat (rekening houdend met de behoeften van uw baby) zullen de meeste huilbuien 's nachts kunnen voorkomen.

Een baby zal de eerste weken vaak nog een nachtvoeding krijgen. Door hier vanaf in het begin een goede regelmaat in te bouwen zal uw baby geleidelijk aan de nacht doorslapen.

Zolang uw baby onder de 3 kg weegt, heeft hij nood aan voeding om de drie uur, ook 's nachts!

Kleine baby's doen enorm veel nieuwe indrukken op. Ze horen, voelen, zien heel veel voor de eerste keer en maken vanalles mee. Sommige baby's kunnen daardoor overprikkeld geraken en slapen daarom slechter, huilen meer.

In deze situatie is de eerste stap het uitbreiden van 'rust en regelmaat' voor uw baby:

- Vaste bad- en bedrituelen.
- Bij voorkeur uw baby zelf laten wakker worden. Dan eerst voeden en nadien knuffelen en spelen. Indien uw baby tekens van vermoeidheid toont (wrijven in de oogjes/huilen/onrust) kan u hem best terug in zijn bedje leggen.
- Leg uw baby wakker in zijn bedje zodat hij zelf kan leren om in slaap te vallen.
- Stop uw baby lekker in, zo maakt u het lekker knus en gezellig. Zo voorkomt u ook maaiende armpjes of eventuele andere onrust.
- Een 'inslaaphuiltje' mag. Een kwartiertje is meestal normaal, sommige baby's hebben een half uurtje nodig. Bent u ongerust, ga dan zeker even kijken.
- Haal uw baby niet steeds weer uit zijn bedje als het eigenlijk slaaptijd is. Een rustige stem, een kusje, een aai of een tutje zijn soms al voldoende.

-
- Maak de nachtvoedingen niet te gezellig.
 - Blijf kalm en rustig als u uw baby te slapen legt.
 - Indien je zelf opgejaagd of gespannen voelt tijdens het huilen zoek dan eventueel een ander persoon om dit te doen.

Inbakeren

Inbakeren betekent dat u uw baby in doeken gaat inwikkelen vanaf de schouders tot de voetjes. Hij/zij vindt dit prettig omdat het geborgenheid en steun geeft. Uw kindje kan eenvoudig een bepaalde buiging in het lichaam behouden, die zeer belangrijk is voor de ontwikkeling. Door deze begrenzing voorkomt u overstrekking. Uw baby zal ook minder onwillekeurige bewegingen kunnen maken en minder onrustig zijn, waardoor hij/zij sneller tot rust komt en in slaap kan vallen.

U mag het inbakeren thuis langzaam beginnen afbouwen, zodat uw kindje meer en meer bewegingsvrijheid krijgt, en hieraan kan wennen (geen 24u op 24 inbakeren) en zo zijn ontwikkeling kan stimuleren.

Er zijn bepaalde redenen om een kind niet in te bakeren, zoals:

- problemen met de ontwikkeling van de heupjes van het kind
- koorts
- een dag en nacht na een vaccinatie
- luchtweginfecties.

Babykwaaltjes

Baby's hebben vaak last van lichte ongemakken die te maken hebben met de voeding of met de techniek van het drinken zoals: oprispingen, krampjes, verstopping, diarree, winderigheid, boeren, onverzadigd zijn etc.

U zult merken dat uw baby voor elk pijntje een ander huiltje heeft.

Deze lichte voedingsstoornissen geven vaak aanleiding tot huilen bij de baby.

Het geeft voor de ouders vaak grote ongerustheid en er wordt snel gedacht dat het aan de voeding ligt, maar het soort voeding is slechts zelden de oorzaak.

Er is voornamelijk sprake van een onrijpheid van het maag/darmstelsel. Bij krampjes moeten de darmpjes van uw baby weer te hard werken.

Als uw baby ongeveer 3 maanden oud is, is er van die onrijpheid niet zo veel meer te merken en zullen de klachten ook verminderen en/of verdwijnen.

Vaak ontstaan darmkrampjes een half tot anderhalf uur na de voeding.

Hoe kan u ze herkennen?

- Uw baby is ontoestbaar of moeilijk te troosten omdat hij veel pijn heeft
- Hij huilt krachtig, wat soms lang kan aanhouden
- Regelmatig stopt uw baby met huilen om na een tijdje weer terug te beginnen
- Uw baby heeft gebalde vuistjes
- Uw baby heeft opgetrokken beentjes
- Uw baby zuigt heel verwoed
- Uw baby zal zijn armpjes en benen verkrampen en overstrekken
- Uw baby heeft last van winderigheid en soms moeilijke stoelgang

Ondanks dit alles blijft uw baby wel goed groeien, is hij gezond en ontwikkelt hij zich normaal.

Wat kan krampjes voorkomen of de pijn verzachten?

- Masseer het buikje van uw baby door rondjes te wrijven met de klok mee
- Geef uw baby een lekker warm badje
- Door te 'fietsen' in de lucht met de beentjes kan er lucht uit de darmpjes ontsnappen
- Draag uw baby in een draagzak of draagdoek. Het luisteren naar uw hartslag werkt kalmerend. Bovendien ligt uw baby in een draagdoek in een ronde houding wat ze meestal heel prettig vinden.
- Geeft u flesvoeding?
 - Neem voldoende tijd
 - Normale flesvoeding duurt ongeveer 15-20 min
 - Te snel of te gulzig drinken vergroot de kans op krampjes
 - Gebruik een speen met een kleiner gaatje indien u een gulzige baby hebt zodat hij rustiger kan drinken.

WANNEER CONTACT OPNEMEN MET DE HUISARTS/KINDERARTS?

Het is aangewezen om een dokter te consulteren, wanneer uw baby:

- bleek of blauw wordt of het bewustzijn verliest bij het wenen
- kreunt terwijl hij slaapt of wakker is
- ten val is gekomen (bv. van de luiertafel)
- een bloedende of slecht ruikende navel heeft of de navel na 5 weken nog niet is afgevallen
- wit beslag heeft op de tong dat niet weg te wrijven is
- hoest
- permanent een verstopte neus heeft
- braakt of niet wil eten
- koorts heeft

Bij kinderen wordt de temperatuur rectaal gemeten, bij voorkeur met een digitale thermometer. Een kind heeft koorts wanneer zijn lichaamstemperatuur 38,5 °C is of meer. Bij een baby jonger dan 3 maanden spreken we al van koorts vanaf 38°C. Koorts is een signaal, geen ziekte! Het is belangrijk na te gaan hoe een kind zich gedraagt, hoe het eruitziet en of er nog andere symptomen zijn.

Het is niet altijd nodig om koortswerende middelen aan een kind met koorts te geven. Een kind kan koorts ontwikkelen bij te dik aankleden, een infectie, een kinderziekte en soms na toediening van een vaccin. Doordat baby's beperkt kunnen zweten, ontwikkelen zij sneller koorts.

Bij koorts is het heel belangrijk om rekening te houden met de leeftijd en de algemene toestand van het kind. Houd extra toezicht!

- Houd in het oog hoeveel het kindje juist eet en drinkt.
- Tel hoeveel natte luiers het kindje heeft.
- Geef het kind regelmatig kleine hoeveelheden vocht. Is het kindje jonger dan 6 maanden geef dan extra melkvoeding. Leg bij borstvoeding het kind vaker aan. Geef grotere kinderen extra water te drinken.
- Bij lichte koorts mag het kind op een rustige manier buiten spelen wanneer het erom vraagt.
- Is de kamertemperatuur zeer hoog, verlaag deze dan wat.

Indien uw kindje jonger is dan 3 maanden en de rectale temperatuur 38° of meer bedraagt, contacteert u best een kinderarts. De contactgegevens kan u terugvinden achteraan dit boekje.

Vanaf de leeftijd van 3 maanden kan u uw huisarts contacteren. Hij/zij zal uw kindje doorverwijzen naar de kinderarts indien nodig.

BORSTVOEDING

Als uw baby op de afdeling al borstvoeding heeft gekregen dan zal dit thuis alleen maar prettiger en rustiger gaan.

Als uw baby goed drinkt aan de borst zal hij zelf wel zorgen dat hij voldoende voeding naar binnen krijgt. Uw baby krijgt voldoende melk indien hij 6x per dag een natte pampers heeft en een tevreden indruk maakt. Als uw baby nog niet zo krachtig zuigt of als u twijfelt of hij/zij wel voldoende melk krijgt, is regelmatige controle van het gewicht aangewezen in het begin. Hierin zal de zelfstandige vroedvrouw u ook verder kunnen helpen.

Voor sommige baby's die te vroeg geboren zijn of die na de geboorte ziek worden, is volledige borstvoeding bij het naar huis gaan niet mogelijk.

U wordt op dienst hierin al begeleid en kunt ook steeds bij ons beroep doen op onze lactatiekundige. Voor de verdere opbouw van de borstvoeding thuis is de zelfstandige vroedvrouw de aangewezen persoon om u daarin te begeleiden.

Heeft u graag meer informatie over de borstvoeding?

Onze afdeling heeft een boekje klaarliggen met uitgebreide voorlichting over het wel en wee van borstvoeding geven. Vraag ernaar bij de vroedvrouwen/verpleegkundigen.

Hierin vindt u ook verdere informatie rond het kolven van moedermelk en de bewaring/toediening hiervan.

FLESVOEDING

Hoeveelheid:

1 afgestreken maatje/30ml water

2 afgestreken maatjes/60ml water

3 afgestreken maatjes/90ml water

Enz....

Werkwijze

De voeding moet bereid worden met water dat het label “**geschikt voor zuigelingenvoeding**” draagt. Bewaar de fles water na opening in de ijskast en gebruik deze enkel voor de bereiding van de flesvoeding.

Steriliseer de zuigfles, sluiting en het speentje gedurende 5min in kokend water of in een sterilisator. Dit doet u voor elke voeding tot de leeftijd van 6 maanden, daarna volstaat het om de flessen 1x/week te steriliseren.

Doe eerst het water in het flesje en doe er vervolgens de juiste hoeveelheid poeder bij. Rol eerst de fles tussen de handen tot het poeder bezonken is, ga dan pas schudden. Indien u een daguitstapje plant, vervoer dan het water en melkpoeder apart. Deze worden echt pas vlak voor toediening met elkaar vermengd.

Werk zo hygiënisch mogelijk en bereid steeds fles per fles.

U kan het flesje opwarmen in de microgolfoven per 15 seconden. Daarna wentelt u de fles om te mengen en controleert u de temperatuur op de binnenkant van uw pols. U kan ook een flessenverwarmer gebruiken en de temperatuur op dezelfde manier controleren.

Wanneer de voeding eenmaal werd opgewarmd, mag u deze na opwarmen binnen het uur geven op kamertemperatuur. **U mag nooit een voeding twee maal opwarmen!**

Na de maaltijd reinigt u de zuigfles, sluitring en het speentje zorgvuldig door deze uit te wassen (sopje met detergent), te spoelen met water en daarna te laten drogen.

De voeding blijft “type 1” tot uw baby’tje 6 maanden is. Deze voeding is uitsluitend te koop bij de apotheek. De “type 2” voeding (vanaf 6 maanden) is te koop in grootwarenhuizen.

Uw kindje drinkt volgende voeding:

Hoeveelheid bij ontslag:

VITAMINE K EN D NA ONTSLAG

Vitamine K

Vitamine K is belangrijk voor de bloedstolling. Een kindje dat pasgeboren is, krijgt een beperkte voorraad vitamine K mee van de moeder omdat de placenta deze stof moeilijk doorlaat. Vitamine K komt voor in de voeding (o.a. groene bladgroenten, melkproducten en vlees) en wordt in de darmen aangemaakt door bepaalde bacteriën. Pas vanaf ongeveer 3 maanden zijn er in de darmen van een baby voldoende bacteriën aanwezig om vitamine K aan te maken. Daarom krijgen alle baby's direct na de geboorte vitamine K toegediend en is het advies om dit thuis verder te doen als uw kindje borstvoeding krijgt of prematuur geboren is. In flesvoeding is vitamine K al toegevoegd, in moedermelk zit dit niet in. Los daarvan blijft moedermelk de beste keuze voor uw kindje.

Wat moet u thuis doen : (vroedvrouw vinkt het juiste vakje aan bij ontslag)

- Uw kindje krijgt voldoende vitamine K binnen via de flesvoeding. U moet GEEN vitamine K geven.
- U geeft uw kindje borstvoeding en daarom is het aangewezen om elke week 1 ampul Konakion® te geven aan uw kindje.
 - Voorschriften krijgt u mee om dit bij de apotheek te gaan halen.
 - Elke week 1 ampul optrekken met de spuitjes die in de verpakking zitten om dit vervolgens in het mondje van uw kindje te spuiten.
 - Stop als uw kindje 3 maanden oud is of als u eerder zou stoppen met borstvoeding (flesvoeding bevat voldoende vit K).
- Omdat uw kindje geboren is voor 36 weken zwangerschapsleeftijd moet u volgend schema volgen.
 - Tot uw kindje 14 dagen oud is geeft u elke dag een ampul Konakion® . U kan deze ampul optrekken met de spuitjes in de verpakking en vervolgens in het mondje van uw baby toedienen.
 - Na deze 14 dagen geeft u om de week 1 ampul zoals in het vorig puntje omschreven.

Vitamine D

Vitamine D bevordert de groei en ontwikkeling van het beendergestel. Uw kind kan wel vitamine D aanmaken onder invloed van de zon. Langdurig blootstellen aan de zon is voor andere redenen niet echt optimaal en de gemiddelde pasgeborene komt weinig in contact met de zon. Daarom krijgt uw baby vitamine D.

Dit is een druppelflesje dat u **zonder voorschrift kan krijgen bij de apotheker**.

Wat moet u thuis doen : (vroedvrouw vinkt het juiste vakje aan bij ontslag)

- Geef uw kind 6 druppels D-cure tot 6 jaar.
 - U kan de vitaminen rechtstreeks in het mondje druppelen.
 - Geen voorschrift van de arts nodig.
- Bij negroïde huidtypes en bij ex-prematuuren (<37weken PML) wordt 12dr D cure per dag aanbevolen, ook als er kunstvoeding gegeven wordt, tot het kind 6 maanden oud is.

HIELPRIK

Een klein aantal kinderen wordt geboren met een aangeboren afwijking. Deze zijn niet altijd zichtbaar vanaf het begin. De aangeboren aandoeningen kunnen soms leiden tot ziektes waarbij mogelijks beschadigingen kunnen optreden in het lichaam. Vaak komt deze beschadiging pas traag en veel later tot uiting. Het is daarom heel belangrijk om deze aandoening zo snel mogelijk op te sporen. Als we dit in de eerste levensjaren kunnen ontdekken, kan tijdig een behandeling opgestart worden en kunnen ernstige handicaps of chronische ziekten in veel gevallen vermeden worden.

Daarom worden in Vlaanderen alle pasgeborenen gescreend op 11 aangeboren afwijkingen. Het onderzoek is niet verplicht, maar wordt sterk aanbevolen.

Het onderzoek wordt gedaan door middel van een bloedonderzoek, de zogenaamde “hielprik”. Deze bloedafname wordt niet gedaan via de hiel, zoals het woord doet vermoeden, maar via een prikje in de hand. Dit is de minst pijnlijke methode voor de baby. We geven ook steeds een beetje suikerwater omdat dit zorgt voor wat pijnstilling.

Er zijn voor u geen kosten verbonden aan het onderzoek. Dit wordt vergoed door de Vlaamse overheid.

Indien de bloedafname afwijkend zou zijn, wordt u verwittigd voor een 2^{de} bloedafname. Dit wil niet betekenen dat uw baby een van de aandoeningen heeft. Meestal gaat het om te weinig staal, nog niet voldoende op gang zijn van de spijsvertering, ... Indien ook de 2^{de} test hetzelfde resultaat bevestigt, kan een gepaste behandeling worden opgestart.

Bij premature baby's gebeurt deze hielprik 3x tijdens een verschillende tijdspanne, houd het afgescheurde bewijs van de hielprik altijd goed bij!



WAT MEEBRENGEN?

- De dag van ontslag:
 - ✓ Maxi-Cosi (voor in de auto)
 - ✓ Bedekkende doek / voetenzak
 - ✓ Lekker warme kleding op koude dagen
 - ✓ Extra tas (voor alles mee naar huis te nemen)
 - ✓ Koeltasje voor diepgevroren moedermelk (die er eventueel nog staat)
- De dag van de slaapstudie:

Deze gaat vaak gepaard met de dag van het ontslag. Houd met boven vernoemde items zeker ook rekening. Wat u bijkomend nog dient te voorzien:

 - ✓ Voeding voor uw kind (minimaal 6 voedingen)
 - ✓ Toilet- en slaapgerief voor u, als ouder
 - ✓ Toiletgerief, pampers, vochtige doekjes, eventuele medicatie, pyjama en reserve kledij
 - ✓ Klein geld voor de parking
 - ✓ Kids ID of gele klever van de mutualiteit

**Wij wensen u en uw kind een fijne thuiskomst en
veel plezier en geluk met elkaar!
Het gaat u goed...**

Team Neonatologie Mol



BIJLAGE: THUISZORG DOOR DE ZELFSTANDIGE VROEDVROUW

U hebt ervoor gekozen om thuis nog verder begeleid te worden door een zelfstandige vroedvrouw. Gelieve uw voorkeur en enkele gegevens hier onderaan in te vullen. Bezorg dit formulier aan de vroedvrouw/verpleegkundige en zij zal bij uw ontslag, de vroedvrouw van uw keuze, op de hoogte brengen. De zelfstandige vroedvrouw zal nadien met u contact opnemen om een eerste afspraak te maken.

- Ik heb geen voorkeur, u mag een vroedvrouw uit mijn regio contacteren
- Ik heb wel een voorkeur

Naam van de vroedvrouw:

Mijn naam:

Mijn telefoonnummer waarop ik bereikbaar ben:

.....

Mijn adres:

.....

Opmerkingen:

NUTTIGE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS

Heilig Hartziekenhuis – materniteit

Gasthuisstraat 1, 2400 Mol

www.azmol.be

Tel. materniteit: 014/ 71 21 35

E-mail: materniteit@azmol.be

Gynaecologen:

Dr. Muyldermans – Dr. Cochet – Dr. Van Ballaer – Dr. Vermeyleen – Dr. Heymans

Tel. consultatie gynaecologie 014/ 71 28 88 (van maandag tot donderdag
bereikbaar van 09u00 – 16.30 en op vrijdag van 09u00 tot 12u00)

Dienst Neonatologie

Tel. materniteit: 014/ 71 27 29

E-mail: neonatale1@azmol.be

Pediaters:

Dr. Givron – Dr. Peeters – Dr. Janssen – Dr. Naert- Dr. Dekkers

Tel. consultatie pediatrie 014/71 23 73

(elke werkdag bereikbaar van 09u00 – 11u45 en van 14u00 tot 15u00)

Kind en Gezin

www.kindengezin.be

Wachtdienst huisarts

www.mediwacht.be

Wachtdienst apotheek

www.apotheek.be



**H. HARTZIEKENHUIS
MOL**

H. Hartziekenhuis Mol
Gasthuisstraat 1 - 2400 Mol
Tel.: 014/71 20 00
E-mail: info@azmol.be
www.azmol.be

Deze brochure werd ontwikkeld door, en is
eigendom van, het H. Hartziekenhuis Mol.

Elke reproductie of verspreiding zonder
toestemming van de eigenaar is verboden.



H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Algemeen nummer: 014 71 20 00

Afspraken: 014 71 20 53

Ombudsdienst: 014 71 21 93

Spoedgevallendienst: 014 71 23 92

Afspraken radiologie: 014 71 20 43