

# Borstvoeding bij te vroeg geboren baby's

Uw kind is opgenomen op de intensive care neonatologie, de verpleegafdeling voor te vroeg geboren baby's (*prematuren*). Ook wanneer een kind te vroeg wordt geboren, is het mogelijk om borstvoeding te geven. In deze folder geven wij u informatie over de mogelijkheden voor borstvoeding aan premature baby's.

## **Voordelen voor de baby**

Naast de hieronder genoemde voordelen die het geven van borstvoeding voor u kan opleveren, zijn er ook een aantal voordelen aan het krijgen van moedermelk voor uw kind. De eiwitten in moedermelk zijn licht verteerbaar en worden beter opgenomen door het maagdarmkanaal van premature baby's dan kunstvoeding. Daarnaast bevat moedermelk een enzym (*lipase*), waardoor het melkvet beter wordt geabsorbeerd. Dit komt de groei van uw kind ten goede. Moedermelk geeft een kleinere kans op infecties door de antistoffen die het bevat.

De eerste moedermelk (*colostrum*) werkt laxerend en zorgt er op die manier voor dat de ontlasting van uw kind makkelijker op gang komt. De premature moedermelk bevat meer eiwitten, mineralen en infectie bestrijdende stoffen dan de melk van op tijd bevallen vrouwen. De melk heeft dus extra's die uw kind hard nodig heeft. Na een maand is de samenstelling ongeveer hetzelfde als de melk van een vrouw die op tijd bevallen is.

Omdat premature baby's nog maar kleine beetjes voeding kunnen verdragen, worden er extra calorieën en mineralen toegevoegd om de groei te bevorderen.

### **Voordelen voor de moeder**

Borstvoeding geven aan een premature baby kan meer tijd, geduld en inspanning van u vergen, maar heeft zeker voordelen. Het geven van borstvoeding is een van de dingen die u als moeder zelf kunt doen. Als uw kind groeit door de melk die u geeft, kan dat voldoening en zelfvertrouwen geven. Ook kan het geven van borstvoeding u helpen de vroeggeboorte te verwerken.

### **De eerste dagen: meestal een infuus**

Bij zieke en premature baby's kan het maag-darmkanaal nog geen 'gewone' voeding (*enterale voeding*) verdragen. Deze eerste dagen krijgt uw baby vocht en voedingsstoffen toegediend via een infuus (*parenterale voeding*). Meestal kan na een paar dagen met moedermelk of kunstvoeding worden gestart, dit krijgt uw kind via een maagsonde toegediend. Wanneer uw kind goed reageert op de melkvoeding wordt de parenterale voeding afgebouwd. Uw kind kan dan overgaan op melkvoeding via een maagsonde of direct op borstvoeding, dit hangt af van de leeftijd en de medische situatie van uw kind.

### **Kolven**

Als u besluit om borstvoeding te geven en uw kind kan nog niet zelf aan de borst drinken, is het belangrijk om zo snel mogelijk en het liefst binnen zes uur na de bevalling te beginnen met afkolven. Om de borstvoeding goed op gang te brengen en te houden, is het nodig om vanaf het begin zeven keer per dag te kolven. Dit betekent overdag elke drie uur en één keer in de nacht. Als de hoeveelheid melk terugloopt, kunt u een keer extra kolven.

Een andere reden om zo snel mogelijk te beginnen met afkolven, is dat uw kind vanaf de eerste dag naast het infuus een paar druppels moedermelk via de maagsonde krijgt om het maag-darmstelsel te beschermen.

Op de kraamafdeling in het ziekenhuis kunt u op uw kamer kolven. Tijdens het bezoek aan uw kind kunt u naast de couveuse kolven. Voor het kolven thuis kunt u een borstkolf huren. Wij adviseren u eerst een dubbelzijdig kolfapparaat te huren. Als het kolven goed gaat kunt u in een later stadium overwegen om een kolfapparaat aan te schaffen.

Voor adressen bij u in de buurt kunt u de site van Medela raadplegen. Het adres van Medela vindt u achterin deze folder onder het kopje 'Informatie'.

De afgekolfde melk kunt u bewaren in steriele flesjes in de koelkast of vriezer. Wanneer u zelf nog in het ziekenhuis ligt, krijgt u deze flesjes op de kraamafdeling.

De melk wordt op de verpleegafdeling ingevroren. Als u thuis bent en uw kind nog in het ziekenhuis ligt, krijgt u de steriele flesjes om melk in te bewaren van de afdeling neonatologie. U kunt de afgekolfde melk het beste in een koelbox mee naar het ziekenhuis nemen. De steriele flesjes om de melk in te bewaren krijgt u dan van de afdeling neonatologie. Wij verzoeken u niet te veel tegelijk mee te nemen, omdat de vriescapaciteit op de afdeling beperkt is.

Ingevroren moedermelk is vier maanden houdbaar in een driesterrenvriezer en zes maanden in een viersterren vriezer. Verse moedermelk of moedermelk die eenmaal is ontdooid, is 48 uur houdbaar in de koelkast.

Hoe het kolven precies in zijn werk gaat, kunt u nalezen achter in deze folder bij 'Kolfprotocol'. Op de website van de neonatologieafdeling is een *Kolfboekje* te vinden met veel extra informatie over kolven:

<http://www.VUmc.nl/afdelingen/Neonatologie/>. Kijk bij informatiefolders.

### **Borstvoeding via de sonde**

Op de afdeling neonatologie wordt de leeftijd van uw kind uitgedrukt in het aantal weken dat de zwangerschap op dat moment geduurd zou hebben. Premature baby's krijgen de afgekolfde moedermelk via de maagsonde totdat ze in staat zijn zelf hun voeding te drinken en een stabiele conditie hebben. Een maagsonde is een flexibel slangetje dat via de neus of mond de voeding naar de maag brengt. De moedermelk druppelt langzaam via de sonde in de maag. Jonge baby's krijgen elke twee uur sondevoeding. Wanneer uw kind de voeding goed verdraagt, krijgt uw kind meer millilitervoeding per keer en zal het aantal voedingen verminderd worden tot acht keer per 24 uur. Uw kind houdt de maagsonde totdat het een aantal volledige voedingen op kan drinken. Premature baby's mogen zelf leren drinken als ze goed gegroeid zijn, in goede conditie zijn en aangeven dat ze toe zijn aan zelfstandig drinken. Zie ook het 'Prematuren stappenplan borstvoeding' in deze folder.

## Prematuren stappenplan borstvoeding

Het prematuren stappenplan borstvoeding is een hulpmiddel om inzicht te geven in welke fase van ontwikkeling de baby is ten aanzien van zelfstandig drinken aan de borst. Het stappenplan is gebaseerd op onderzoek naar huid op huid contact bij pasgeborenen.

Elke baby neemt de stappen in dezelfde volgorde, maar in een eigen tempo. Gezonde, op tijd geboren baby's nemen in zeer korte tijd ( $\pm$  één uur) de stappen en belanden meteen bij stap tien.



De leeftijd, maar ook de conditie van uw baby heeft invloed op zijn/haar ontwikkeling en vaardigheden tijdens de borstvoeding.

Uw kind doorloopt de stappen in een eigen tempo. Stap een en twee zijn de eerste stappen waarbij tijdens het buidelen uw baby met de mond bij de tepel wordt gelegd. Vanaf stap vijf begint het echte aanleggen. Deze stap wordt genomen als uw baby stabiel is en door te happen en zuigen aan de borst aangeeft hier klaar voor te zijn. In het begin mag uw kind één keer per dag buidelen. Afhankelijk van de groei en conditie van uw kind is vaker aanleggen mogelijk. Tijdens de periode dat uw kind aan het oefenen is aan de borst, wordt het geven van een flesje nog even uitgesteld. De andere techniek van zuigen uit een flesje kan het proces van uit de borst leren drinken verstoren. Als uw kind aangeeft dat het wil drinken en u bent niet aanwezig voor borstvoeding wordt uw kind gevoed met een cupje. *Cupfeeding* is het geven van melk met een bekertje. De baby wordt rechtop gehouden en goed ondersteund. Dan wordt het cupje tegen de onderlip gehouden en kan de baby de moedermelk oplikken. Flesjes worden in een later stadium geïntroduceerd.

## **Praktische informatie**

Het is belangrijk dat u voldoende rust neemt in de periode dat u borstvoeding geeft. Ook gevarieerde en gezonde voeding is belangrijk. In principe kunt u hetzelfde eten als tijdens de zwangerschap. Het is van belang dat u voldoende drinkt, dit betekent ongeveer twee liter per dag. U drinkt voldoende als uw urine lichtgeel van kleur is.

Nicotine en alcohol komen in de moedermelk terecht; het is dus beter niet te roken en geen alcoholische dranken te drinken. De melk schiet door de nicotine minder toe en de melkproductie neemt af.

Ook medicijnen kunnen via de moedermelk aan de baby worden doorgegeven. U kunt met de behandelend kinderarts van uw kind overleggen of de medicijnen die u gebruikt ook zijn toegestaan bij het geven van borstvoeding.

## **Wat u zelf kunt doen**

Wanneer uw kind nog niet aan de borst mag drinken, kunt u het wel op een gaasje met wat moedermelk laten sabbelen. Buidelen met uw kind is goed voor een gevoel van veiligheid en comfort voor uw baby. Lichaamscontact stimuleert de hechting met uw kind en is goed voor uw melkproductie. Als u kolft ná buidelen merkt u dat u meer melk heeft.

## **Kolfprotocol**

Het is mogelijk op de afdeling neonatologie in de buurt van uw baby te kolven.

- Voordat u gaat kolven wast u uw handen en maakt u de kolfschelpen schoon met een gaasje met alcohol 70%.  
Als het setje droog is, kunt u starten met kolven.
- Nadat u het kolfsetje in elkaar heeft gezet, schroeft u de flesjes aan de kolfschelp. De dekseltjes legt u omgekeerd op een schone plek.
- U sluit de slangen aan op het kolfsetje en op het apparaat.
- U plaatst de kolfschelpen op de borst met de tepel precies in het midden van de opening. Als uw tepel tegen de wand van de hals van de kolfschelp schuurt, vraagt u om een grotere maat kolfschelp.
- Begin op de laagste zuigkracht. Draai de zuigkracht langzaam op tot het voor u nog comfortabel is. Kolven mag geen pijn doen.
- Om de borstvoeding op gang te krijgen, kolft u tien minuten. Als de borstvoeding op gang is, kolft u vijftien minuten of langer tot de melkstream stopt of nog heel langzaam druppelt.
- U kunt tijdens het kolven de borsten masseren om de borsten beter te legen, zie *Kolfboekje* op de website van de neonatologieafdeling.

- Kolf dan nog even na met de hand, zie *Kolfboekje* op de website van de neonatologieafdeling.
- Laat na het kolven de tepel aan de lucht drogen. Crèmes of lotions zijn niet nodig. Verschoon uw borstkompressen als ze vochtig zijn.
- Plak na het kolven een sticker met de naam van de baby, datum en tijd van afkolven op het flesje. U kunt het flesje aan de verpleegkundige geven.
- Spoel na gebruik de kolfset af met koud water, daarna met warm water en droog het goed af met een schone katoenen luier of papieren handdoekjes.

### **Beleid kolfsets**

- Als u opgenomen bent op de afdeling verloskunde krijgt u daar elke dag een schone kolfset. U krijgt eenmalig een kolfset van de afdeling neonatologie. Als u thuis of in het Ronald McDonald huis verblijft, moet u uw eigen zelfaangeschafte kolfset meenemen.

### **Bewaren en inleveren moedermelk**

Er zijn een aantal aspecten om rekening mee te houden als u uw moedermelk inlevert.

Wij streven ernaar om uw kind altijd moedermelk te geven. De moedermelk wordt door de voedingsassistente om 10.00 uur 's ochtends klaargemaakt onder steriele omstandigheden en volgens bepaalde richtlijnen. Na 16.00 uur is de voedingsassistente niet meer aanwezig en is het logistiek niet mogelijk om moedermelk te verwerken. Zorg dus altijd dat er moedermelk aanwezig is voor de volgende dag.

1. U kolft de moedermelk af volgens de hygiënische voorschriften van het kolfprotocol dat u op verloskunde gekregen heeft. U plakt een sticker op het flesje met datum, tijd van afkolven en de naam van de baby.
2. U krijgt gekleurde ronde stickers die u de eerste dagen op het flesje plakt.
3. U bewaart de melk in de koelkast of in de vriezer. Dit hangt af van de tijd van kolven:
  - a. Als u tussen 10.00 uur en 14.00 uur kolft, doet u de gekolfde melk in de vriezer en neemt u de moedermelk ingevroren mee als u uw kind bezoekt.
  - b. De moedermelk die u na 14.00 uur kolft, kan in de koelkast bewaart worden mits het voor 10.00 uur de volgende ochtend op de afdeling aanwezig is. Deze moedermelk is 24 uur houdbaar.

- c. Gebruik een koeltasje met koelementen om uw moedermelk te vervoeren.
4. U brengt verse moedermelk voor 10.00 uur 's ochtends op de afdeling, dan wordt het dezelfde dag nog in porties verwerkt door de voedings-assistente.
5. Het is mogelijk om op de neonatologieafdeling te kolven.
6. Wij vragen u aan te geven hoeveel melk u de volgende ochtend komt brengen, zodat er niet te veel melk ontdooid wordt.
7. Probeer, indien mogelijk, een voorraadje op de afdeling aan te leggen van ingevroren moedermelk, zodat uw kind altijd moedermelk krijgt.

### **Nuttige adressen**

Medela Informatie en verhuuradressen kolfapparatuur

[www.medela.nl](http://www.medela.nl)

La LecheLeage International

[www.lll.borstvoeding.nl](http://www.lll.borstvoeding.nl)

Vereniging Borstvoeding Natuurlijk

[www.vbn.borstvoeding.nl](http://www.vbn.borstvoeding.nl)

Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen

[www.nvl.borstvoeding.nl](http://www.nvl.borstvoeding.nl)

Website neonatologieafdeling

<http://www.VUmc.nl/afdelingen/Neonatologie>

lactatiekundige Neonatologie: telefoon (020) 444 3020

lactatiekundige Verloskunde: telefoon (020) 444 2180

