az alma
zorg met een hart

Babyboekje kunstvoeding

Materniteit

Inhoudstafel

1 WELKOM 5

2 VUISTREGELS ZUIGELINGENVOEDING 6

3 " DAG 0 " 7

4 HOE GEEF IK EEN FLESJE? 8

5 " DAG 1 " 9

6 BOERTJE NA DE VOEDING 10

7 " DAG 2 " 11

8 HOEVEEL MELK HEEFT MIJN BABY NODIG? 12

9 " DAG 3 " 13

10 HOE REINIG EN STERILISEER IK EEN FLES? 14

11 " DAG 4 " 17

12 HOE WARM IK FLESVOEDING OP? 17

13 MIJN BABY ZIET GEEL, WAT NU? 18

14 " DAG 5 " 19

15 HOE MAAK IK FLESVOEDING KLAAR? 20

16 WIST U DAT… 21

17 WANNEER U THUIS BENT 22

18 BASISVACCINATIES 23

19 MOGELIJKE ANDERE VACCINATIES 24

20 INTERNATIONALE GEDRAGSCODE 25

21 NUTTIGE ADRESSEN 26

1 Welkom

Beste ouders

Ons team wenst u van harte proficiat met de geboorte van uw kindje!

Dit babyboekje helpt u verder met verschillende richtlijnen en tips die nuttig kunnen zijn bij de verzorging en de begeleiding van de voeding van uw baby.

Deze brochure kan te allen tijde geraadpleegd worden. Indien er vragen of onduidelijkheden zijn, staat ons team klaar om u verder te helpen.

Wij wensen u een aangenaam verblijf bij ons op de kraamafdeling.

Klein

Bijzonder

Groot

Wonder

2 Vuistregels zuigelingenvoeding

Vuistregels van toepassing op zuigelingenvoeding opgesteld door de Wereldgezondsheidsorganisatie en UNICEF

1. De zorginstelling heeft een zuigelingenbeleid op papier, dat standaard bekend wordt gemaakt aan alle betrokken medewerkers.
2. Alle betrokken medewerkers leren vaardigheden aan die noodzakelijk zijn voor het uitvoeren van het beleid.
3. Alle zwangere vrouwen worden voorgelicht over de voordelen en praktijk van borstvoeding geven.
4. Moeders worden geholpen om minstens één uur na de geboorte ongestoord huidcontact te hebben met hun pasgeboren baby. Er wordt nadruk gelegd op het herkennen van de signalen die de baby aangeeft als hij wil zuigen.
5. Er wordt uitgelegd aan de vrouwen hoe zij hun baby correct voeding moeten geven en hoe zij de voeding moeten bereiden, zelfs als de baby van de moeder gescheiden moet worden.
6. Moeder en kind blijven dag en nacht bij elkaar op de kamer ("rooming-in").
7. Er wordt bij ontslag uitleg gegeven over de bestaande begeleidingsorganisaties.

3 " Dag 0 "

» De baby wordt het eerste uur na de bevalling bij u gelegd om huidcontact te creëren, uw baby wordt hierdoor rustig. Houd uw baby dicht bij u.

» De baby kan last hebben van slijmpjes, ingeslikt tijdens de bevalling. Hierdoor kan uw baby weinig zin hebben om te zuigen en kan hij soms wat braken.

» Een à twee uur na de bevalling zullen we de baby wat kunstvoeding aanbieden. Dit gebeurt meestal door de vroedvrouw.

» Overdag is het belangrijk dat u uw baby iedere 3 uur een flesje aanbiedt. 's Nachts is een langere pauze mogelijk.

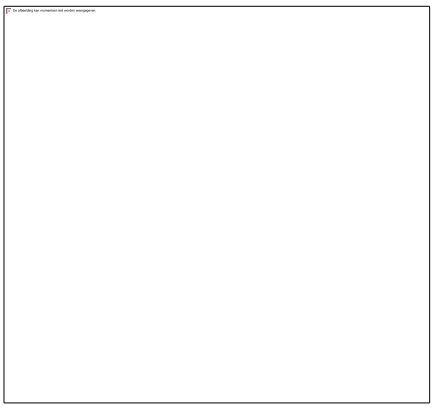
» Uw baby heeft na de geboorte veel nood aan lichamelijk contact, nood aan geknuffel, nood aan uw geur… Leg uw baby zoveel mogelijk huid tegen huid.

» De eerste stoelgang van uw baby heeft een zwart-groene kleur en is zeer kleverig. Dit is meconium.

» Uw baby heeft ten minste 1 natte luier en 1 stoelgangluier.

» De beste slaaphouding voor uw baby is ruglig, nooit in zijlig of buiklig.

» Indien u dit wenst, krijgt u van de vroedvrouw medicatie die ervoor zorgt dat de melkproductie niet op gang komt.



Wees niet ongerust als uw baby niet onmiddellijk wil drinken, gun hem of haar wat tijd om te wennen aan de omgeving.

4 Hoe geef ik een flesje?

Het geven van een flesje doet u met veel aandacht voor uw baby en liefst in een rustige omgeving. Neem tijd voor uw baby en zorg ervoor dat u in een comfortabele houding zit om hem/haar te voeden.

» Controleer de temperatuur van de voeding: laat een paar druppels melk op de binnenkant van uw pols lopen, de melk heeft de juiste temperatuur als deze even warm aanvoelt als de huid.

» Ga zitten en neem de baby op de schoot.

» Zorg ervoor dat uw baby een halfzittende houding aanneemt. Laat het hoofdje rusten in de plooi van uw elleboog.

» Zorg ervoor dat uw arm ondersteund blijft.

» Houd de fles zodanig vast dat de speen gevuld is met melk.

» Prikkel het mondje van de baby met de zuigspeen, zodanig dat hij zijn mondje opent.

» De speen moet voldoende ver in het mondje zitten met de lipjes naar buiten gekruld rond het bredere deel van de speen.

» Wanneer uw baby de speen plat zuigt, schroef het dopje dan wat losser.

» De dop is goed aangeschroefd wanneer u luchtbellen ziet verschijnen in de fles, telkens wanneer de baby zuigt.

5 " Dag 1 "

» Vandaag krijgt uw baby een flesje aangeboden met 30 ml voeding. Hij hoeft deze hoeveelheid niet altijd leeg te drinken.

» Om een regelmatig voedingsschema te bekomen, geef uw baby dan best om de 3 uur flesvoeding.

» Flesvoeding mag op kamertemperatuur gegeven worden.

» Wanneer uw baby geen zin heeft om te drinken, aarzel dan niet om hulp te vragen.

» Uw baby mag 7% tot maximaal 10% van zijn geboortegewicht verliezen.

» De normale lichaamstemperatuur van uw baby ligt tussen 36,5°C en 37,5°C.

» De stoelgang van uw baby kan nog steeds meconium zijn. De geelgekleurde stoelgang kan nog even op zich laten wachten.

» Wees alert voor hongersignalen: zoek- en zuiggedrag, handjes naar de mond brengen, smakgeluidjes, vlugge oogbewegingen, zuchten en kreunen.

» Uw baby heeft ten minste 2 natte luiers en 1 stoelgangluier.

Hoe vaak moet mijn baby drinken?

Minstens 6 tot 8 voedingen per 24 uur.

Probeer overdag iedere 3 à 4 uur een voeding aan te bieden.

6 Boertje na de voeding

» Stop niet tijdens de voeding om de baby te laten boeren, het boertje komt meestal pas na de melkvoeding.

» Drinkt de baby heel gulzig of hapt hij veel naar lucht, laat hem dan tussendoor dan wel boeren.

» Meestal volstaat het als de baby één of twee boertjes laat.

» Leg best eerst een slabbetje of een doekje op uw schouder en til de baby op, net boven uw schouder uit.

» Drinkt uw baby rustig en heeft hij ruim de tijd gekregen na de voeding om te boeren, dan is het niet erg als hij toch niet boert.

» Als de baby na de voeding huilt in zijn bedje, neem hem dan terug uit zijn bed en probeer nog eens om hem te laten boeren.

Houdingen om te laten boeren:

7 " Dag 2 "

» Baby's gaan gemakkelijk hikken, vooral na het eten. Houd uw baby rechtop.

» Voed afwisselend links en rechts. Dit is goed voor de symmetrische motorische ontwikkeling van uw baby.

» Het aantal voedingen kan oplopen tot 8 maal per dag. Is uw baby nog wat hongerig na de voeding, meld dit dan aan de vroedvrouw.

» Het kan zijn dat uw baby af en toe een gulp teruggeeft. U kan het bedje wat meer kantelen. Vraag raad aan de vroedvrouw.

» Zorg voor oogcontact. Dit is zeer belangrijk voor de ontwikkeling van uw baby.

» Test de melk niet door zelf te drinken van de fles, zo kunnen er infecties overgedragen worden naar uw baby.

» Het kan zijn dat uw baby al geel-groene overgangsstoelgang heeft.

» Bij flesgevoede baby's is de stoelgang iets meer gebonden en kan dit variëren van 1 tot 2 maal per dag tot een paar keer per week.

» Vandaag gebeurt er een bloedafname in het hieltje of op het handje van uw baby, dit is de Guthrie-test. Dit dient om zeldzame stofwisselingsziekten op te sporen.

Wanneer is mijn baby verzadigd?

Als hij rustig is na de flesvoeding.

Als hij gemiddeld 6 à 8 keer per dag drinkt.

Als hij er levendig, gelukkig en tevreden uitziet.

Als hij voldoende bijkomt in gewicht.

8 Hoeveel melk heeft mijn baby nodig?

» Het maagje van uw baby is op dag 0 zo groot als een knikker, bij ontslag heeft deze de grootte van een pingpongballetje.

» De dag van de bevalling krijgt uw baby 20 ml melk aangeboden. De dag nadien 30 ml melk. Iedere dag wordt de voeding van uw baby aangepast. Uw baby hoeft de aangeboden hoeveelheid niet altijd op te drinken.

» Stem het voedingsschema af op de behoefte van uw baby. Dwing hem niet om te drinken.

» Als uw baby goed zuigt zal u hem zien en horen slikken. Vraag aan de vroedvrouw dat ze samen met u doorneemt of de baby efficiënt zuigt.

» De richthoeveelheid zuigelingenmelk de eerste 6 levensmaanden is 150 mg per kg lichaamsgewicht.
Bijvoorbeeld: Een pasgeboren baby van 3 kg mag een totale hoeveelheid van 450 ml tot 540 ml per dag drinken. 3 x 150 = 450 ml.

» Uw baby bepaalt zelf hoe lang een voeding duurt. Kijk niet op de klok en vertrouw op uzelf.

Maaginhoud van de baby:

Knikker 5-7 ml | Pingpongbal 22-27 ml | Groot kippenei 60-81 ml

» Uw baby mag 7% tot maximum 10% in de eerste levensweek afvallen.
Dit is normaal.

» Het geboortegewicht zal ongeveer na 3 weken terug bereikt worden.

9 " Dag 3 "

» Uw baby kan net als u een wisselende eetlust hebben. Wees dus niet ongerust als hij zijn flesje niet altijd leeg drinkt.

» Een baby drinkt flesjes op verzoek met een maximum van 4 uur tussen de voedingen overdag.

» Meestal is een voeding na 20 minuten afgerond. Als de flesvoeding langer duurt, vraag dan hulp aan de vroedvrouw. Het kan zijn dat uw baby traag of slecht drinkt, te veel lucht slikt, slaperig is...

» Het is belangrijk dat bij uw thuiskomst de baby correct van de fles drinkt. Soms kan het type flesje de oorzaak zijn van slecht drinkgedrag thuis. Laat de papa een paar gesteriliseerde flesjes van thuis meebrengen, zodat u op materniteit de flesjes kan uitproberen. Wij adviseren u graag over de soorten flesjes en flesvoedingen.

» Opgelet! De flesjes van thuis dienen gesteriliseerd te worden meegebracht. Er worden GEEN flesjes gesteriliseerd op de kraamafdeling, tenzij dit een persoonlijke sterilisator betreft.

» Hou een nachtvoeding zo kort en zo rustig mogelijk, geen lawaai, sober licht...

» Geef een avondbadje, dan slaapt uw baby gemakkelijker in. Dit wil niet zeggen dat hij langer slaapt.

» De meeste vrouwen maken na de 3de, 4de dag onverklaarbare huilbuien door, "de baby blues". Na de bevalling treden er veel biologische veranderingen, snel veranderende hormoonspiegels, stress en vermoeidheid op. Dit maakt dat dit een moeilijk moment is voor de mama.

Verwittig de vroedvrouw wanneer u het volgende opmerkt aan uw baby:

Veelvuldig braken.

Slecht drinkgedrag.

Luie slaperige baby.

10 Hoe reinig en steriliseer ik een fles?

Reinigen:

» Steriliseer de flesjes eenmalig, voor het eerste gebruik.

» Was de fles en het speentje met heet water en detergent. Vergeet de randen en de schroefdop van de fles niet mee te nemen.

» Gebruik een flessenborstel en een spenenborstel om alles netjes te reinigen.

» Spoel na met proper water (zonder detergent).

VOEDINGSSCHEMA GEBOORTEDATUM:

1. **Omcirkel het uur bij de start van de voeding**
2. **Omcirkel per dag de hoeveelheid plasluiers, stoelgangluiers en de kleur van de stoelgang**

DAG 0 Gewicht

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Plasluier: 1 2 3 4 + Stoelgangluier: 1 2 3 4 +

DAG 1 Gewicht

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Plasluier: 1 2 3 4 + Stoelgangluier: 1 2 3 4 +

DAG 2 Gewicht

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Plasluier: 1 2 3 4 + Stoelgangluier: 1 2 3 4 +

DAG 3 Gewicht

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Plasluier: 1 2 3 4 + Stoelgangluier: 1 2 3 4 +

DAG 4 Gewicht

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Plasluier: 1 2 3 4 + Stoelgangluier: 1 2 3 4 +

DAG 5 Gewicht

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

Plasluier: 1 2 3 4 + Stoelgangluier: 1 2 3 4 +

GEBOORTEGEWICHT: - 7% = - 10% =

Datum:

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

Stoelgang: zwart plakkerig groen bruin geel

Datum:

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

Stoelgang: zwart plakkerig groen bruin geel

Datum:

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

Stoelgang: zwart plakkerig groen bruin geel

Datum:

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

Stoelgang: zwart plakkerig groen bruin geel

Datum:

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

Stoelgang: zwart plakkerig groen bruin geel

Datum:

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24

Stoelgang: zwart plakkerig groen bruin geel

11 “ Dag 4 “

» Het bereiden van flesvoeding wordt individueel door de vroedvrouw aangeleerd.

» Vandaag is uw baby al wat meer tevreden. Hij is rustiger en huilt iets minder. Een huilende baby is niet altijd een hongerige baby, een knuffel kan voor de oplossing zorgen. Let op de hongersignalen.

» Het zou kunnen dat uw baby een gele kleur vertoont. Zeker 50% van alle pasgeboren baby's wordt wat gelig binnen de eerste week na de geboorte. Zet uw baby zoveel mogelijk aan het raam, indirect zonlicht zorgt voor een betere afbraak van de bilirubine. De baby mag echter nooit aan direct zonlicht worden blootgesteld.

» Flesvoeding mag u niet heropwarmen. Spaar de restjes niet, maar giet ze weg.

» De verschillende merken flesvoedingen lijken erg goed op elkaar. Als u tevreden bent over een bepaalde voeding, blijf dan bij hetzelfde merk. In sommige gevallen is het nodig om naar een andere voeding over te schakelen, raadpleeg altijd eerst uw arts alvorens van voeding te veranderen.

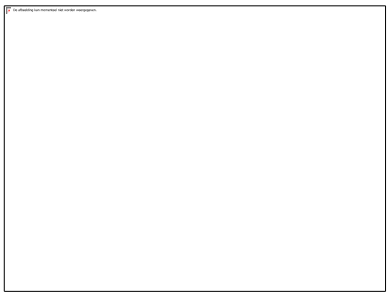
12 Hoe warm ik flesvoeding op?

» In een warmwaterbad, een flessenverwarmer of in de microgolfoven.

» Zoek bij een microgolfoven steeds de ideale opwarmtijd. Deze is afhankelijk van het vermogen van de microgolfoven en de hoeveelheid flesvoeding.

» De microgolfoven verwarmt de melk zeer ongelijkmatig op. Rol het flesje goed tussen de handen om de warmte te verdelen. Controleer steeds de temperatuur.

13 Mijn baby ziet geel, wat nu?



» De oorzaak van de gele kleur van de huid en slijmvliezen is de stof bilirubine. Deze stof komt vrij bij de afbraak van rode bloedcellen. De baby heeft vanuit de baarmoeder veel meer rode bloedcellen dan een volwassene. De rode bloedcellen leven ook nog eens korter dan bij volwassenen. Er is dus een heel hoge afbraak van rode bloedcellen, waarbij bilirubine vrijkomt. De stof is niet oplosbaar in water, ze kan dus niet worden uitgescheiden via de ontlasting of urine. Bilirubine moet eerst door de lever worden omgevormd en zal pas dan voor een heel groot deel via de ontlasting het lichaam verlaten. Bij een pasgeboren baby is de lever nog niet helemaal rijp. Om die reden kan de baby nog niet alle bilirubine verwerken en komt dit terecht in de slijmvliezen en onder de huid.

» De baby is meestal bij een normale geelzucht op zijn geelst tussen dag 3 en dag 5 na de geboorte. Hierna neemt de kleur langzaam maar zeker af.

» De vroedvrouw zal volgende punten observeren wanneer uw baby te geel ziet:
  - Hoe geel is de baby?
  - Zijn het oogwit en de slijmvliezen in de mond ook geel?
  - Is de baby enkel in zijn gezicht geel of over het volledige lichaam?
  - Is de baby goed alert en drinkt hij goed?
  - Heeft de baby voldoende stoelgangluiers?

» De vroedvrouw zal elke dag de bilirubine meten via de huid met een bilirubinemeter. Bij een te hoge waarde zal ze het bloed van de baby laten onderzoeken.

» Als blijkt dat de concentratie bilirubine normaal is, dan is er niets aan de hand. Wanneer de concentratie bilirubine te hoog is in het bloed, zal de baby onder een blauwe lamp komen te liggen. Dit blauwe licht zorgt ervoor dat de bilirubine gemakkelijker wordt omgezet in de stof die via de ontlasting kan worden uitgescheiden. Deze fototherapie kan perfect op de kamer doorgaan

» De dag nadien krijgt de baby opnieuw een bloedtest om te controleren hoe hoog de concentratie bilirubine is in het bloed. Wanneer dit een aanvaardbare waarde is, moet de baby niet meer onder het blauwe licht.

14 “ Dag 5 “

» Uw baby komt bij in gewicht.

» Alle baby's geven al eens terug. Dit hoeft niet noodzakelijk een probleem te zijn. Soms volstaat het om het hoofdeinde van het bedje wat hoger te zetten.

» Leg uw baby steeds in rugligging te slapen. Gebruik geen hoofdkussen.
De kamertemperatuur van uw baby’s kamer mag tussen 18°C en 20°C liggen.
Verlucht de babykamer op regelmatige basis (zie brochure “preventie wiegendood”).

15 Hoe maak ik flesvoeding klaar?

Het is erg belangrijk dat u flesvoeding hygiënisch klaarmaakt.
Kleine baby's zijn namelijk nog zeer vatbaar voor infecties
en in zuigelingenvoeding kunnen bacteriën zich goed vermenigvuldigen.

» Was uw handen voor het bereiden van flesvoeding.

» Zorg ervoor dat de fles, speen en andere materialen goed schoon zijn.

» Gebruik mineraalwater met de vermelding "geschikt voor het klaarmaken van zuigelingenvoeding".

» Op de verpakking staat aangegeven hoeveel poeder u voor de bereiding gebruikt. Standaardregel: 30 ml water = 1 afgestreken maatje melkpoeder.

» Vul de fles met de gewenste hoeveelheid water en schep de juiste hoeveelheid poeder erbij.

» Rol de fles tussen uw handen.

» U kan de voeding au bain-marie, in een flessenverwarmer of in de microgolfoven opwarmen. De ideale temperatuur is 37°C. U mag flesvoeding ook op kamertemperatuur geven, maar het is wel aangenamer voor de baby om iets warm te drinken.

» Laat een paar druppels melk op de binnenkant van uw pols lopen. De melk heeft de juiste temperatuur als deze even warm aanvoelt als de huid.

» Sluit het pak melkpoeder en zet het op een droge plaats. Noteer de openingsdatum.

» Spaar geen restjes op, maar giet ze weg.

» Reinig vervolgens de flesjes.

16 Wist u dat…

» buiten wandelen mag, indien de baby beschermd is tegen warmte en koude, tocht en direct zonlicht;

» u best geen wasverzachter gebruikt bij het wassen van de kleding, tenzij hypoallergene wasverzachter;

» het niet aan te raden is om de flesvoeding te verdunnen: als een kind de fles niet op krijgt, kunnen tekorten ontstaan;

» u best contact opneemt met uw arts indien de temperatuur van uw baby meer dan 38°C bedraagt;

» melkkorstjes kunnen voorkomen op de hoofdhuid van uw baby, wrijf deze in met babyolie en vervolgens uitkammen;

» een baby tot de leeftijd van 6 jaar, 2 druppeltjes vitamine D moet krijgen;

» lichaamscontact en persoonlijke aandacht van belang zijn bij het voeden;

» roken in de nabijheid van uw kind zeer slecht is voor uw baby's gezondheid, rook steeds buitenshuis;

» melkpoeder na opening maximum 4 weken houdbaar is;

» het geboortegewicht van uw baby ongeveer na 3 weken terug bereikt is;

» iedere baby zijn eigen ontlastingspatroon ontwikkelt: het maken van stoelgang iedere 10 dagen is normaal, zolang uw baby zich verder goed ontwikkelt en geen last ondervindt.

17 Wanneer u thuis bent

Wanneer u thuis bent, vraag dan best om advies in volgende gevallen:

» gewichtsverlies van meer dan 7% van het geboortegewicht;

» blijvend gewichtsverlies van de baby;

» minder dan 3 ontlastingsluiers per dag in de eerste 4 tot 6 weken;

» rode, verse bloedslijmpjes in de stoelgang, acute verandering in stoelgangpatroon;

» uw baby is geïrriteerd en lusteloos, of slaperig en weigert voedingen;

» niet hoorbaar slikken tijdens de voedingen;

» als uw baby abnormaal veel teruggeeft na iedere voeding;

» als uw baby ontroostbaar is en blijft huilen;

» als uw baby niet begint aan te komen na dag 5;

» als uw baby niet terug is op het geboortegewicht tussen de 2de en 3de week.

18 Basisvaccinaties

basisvaccinaties	**8 weken**	**12 weken**	**16 weken**	**12 maanden**	**15 maanden**
Poliomyelitis	x	x	x		x
Difterie (kroep)	x	x	x		x
Tetanus (klem)	x	x	x		x
Pertussis (kinkhoest)	x	x	x		x
Haemophilus influenza B (hersenvliesontsteking)	x	x	x		x
Hepatitis B	x	x	x		x
Pneumokok 13- serotypes	x		x	x	
Rotavirus	x	x			
Mazelen				x	
Bof (dikoor)				x	
Rubella (rodehond)				x	
Meningokok type C of ACWY					x
Humaan papillomavirus (HPV)					

19 Mogelijke andere vaccinaties

Vaccin tegen meningokokken type B (Bexsero®)

Meningokokken zijn bacteriën die ernstige infecties kunnen veroorzaken, zoals hersenvliesontsteking en bloedvergiftiging.

Type B is in Europa het meest voorkomend. Kleine kinderen tot 5 jaar en adolescenten vormen de risicogroepen. Kinderen onder de 2 jaar worden 3x gevaccineerd en boven de 2 jaar 2x in totaal.

Prijs: 86,52 euro per vaccin.

Sommige verzekeringen en ziekenfondsen betalen jaarlijks een klein bedrag terug.

Vaccin tegen meningokokken type A,C,W,Y (Nimenrix®)

Deze types maken samen ongeveer 50% uit van alle meningokokken-infecties. Het vaccin wordt op leeftijd van 15 maanden gegeven volgens het schema van Kind & Gezin. Oudere kinderen die enkel het vaccin tegen type C hebben gehad, mogen dit nog krijgen.

Prijs: 52,60 euro per vaccin.

Sommige verzekeringen en ziekenfondsen betalen jaarlijks een klein bedrag terug.

Vaccin tegen windpokken (Varilrix®, Provarivax®)

Het windpokkenvirus (varicella) geeft meestal de gekende blaasjes in combinatie met koorts. Soms zijn de kinderen zeer ziek en krijgen ze complicaties zoals longontsteking, zware huidinfecties en zelfs hersenontsteking.

Er wordt gevaccineerd vanaf de leeftijd van 12 maanden, 2x met minimaal 6 weken ertussen.

Prijs: 48,34 euro per vaccin.

Sommige verzekeringen en ziekenfondsen betalen jaarlijks een klein bedrag terug.

20 Internationale gedragscode

Internationale gedragscode van vervangingsmiddelen voor moedermelk

- Borstvoeding is de norm, maar **iedere voedingskeuze** voor de baby wordt gerespecteerd. Ook indien de moeder kiest voor flesvoeding, zal ze hierover de nodige steun en informatie krijgen.
- **Reclame** gericht op het grote publiek voor vervangingsmiddelen voor moedermelk, flessen, spenen en fopspenen is verboden. Dit verbod geldt zowel in de media, als in de verkooppunten als in de zorgcentra. Onder reclame vallen posters, brochures, balpennen, agenda's, notitieblaadjes, kalenders…
- **Gratis monsters** van deze producten aan zwangere vrouwen of moeders van zuigelingen schenken is niet toegestaan.
- Fabrikanten van kunstvoeding mogen geen **geschenken** uitdelen aan zwangere vrouwen, moeders van zuigelingen en mensen die in de gezondheidszorg werken.
- Het **gratis of goedkoop leveren van kunstvoeding** aan instellingen in de gezondheidszorg is niet toegelaten.
- **Verkoopbevorderende activiteiten** binnen instellingen in de gezondheidszorg zijn niet toegestaan.
- **Direct contact** tussen de voedingsfirma's en zwangere vrouwen of moeders van zuigelingen is niet toegestaan.
- Op de **verpakking** van kunstvoeding moet vermeld staan dat **borstvoeding de beste voeding** voor zuigelingen is. Ook duidelijke instructies in de landstaal over de **juiste bereiding van de kunstvoeding** zijn een vereiste.
- De **idealisering van kunstvoeding** door tekst of afbeelding op de verpakking is niet toegestaan.
- **Foto's van baby's** op de verpakking zijn verboden.
- **Voorlichting** door voedingsfirma's aan werknemers in de gezondheidszorg moet **feitelijk en wetenschappelijk** zijn.
- Alle informatie over kunstvoeding moet uitleg bevatten over de **voordelen van borstvoeding** en over de **kosten en risico's van kunstmatige babyvoeding**.
- De **kwaliteit** van kunstvoeding moet beantwoorden aan een hoge internationale vastgestelde norm, rekening houdend met klimaatsomstandigheden en opslagmogelijkheden.

21 Nuttige adressen

Kind & Gezin
tel. 078 15 01 00
www.kindengezin.be

De tiende maand
www.tiendemaand.be

VBOV vzw
Sint Jacobsmarkt 84
2000 Antwerpen
tel. 03 218 89 67
www.vlov.be

Solidariteit voor het gezin
Tentoonstellingslaan 76
9000 Gent
tel. 070 23 30 28
www.solidariteit.be

De kraamkaravaan
Expertisecentrum Kraamzorg Oost-Vl.
Mageleinstraat 21G
9000 Gent
tel. 09 265 09 44
www.vzwkraamzorg.be

AZ Alma - Materniteit
Ringlaan 15
9900 Eeklo
tel. 09 310 18 14

AZ Alma - secretariaat pediaters
Ringlaan 15
9900 Eeklo
tel. 09 310 04 44

Wij danken u voor het vertrouwen in ons ziekenhuis.

Wij wensen u een goede thuiskomst en veel geluk met uw baby.

Het team Materniteit