Borstvoeding een mooi begin…

Welkomstwoord

Tijdens de zwangerschap bereidt uw lichaam zich voor op zijn nieuwe rol. Borstvoeding geven is zowel voor u als voor uw baby een zeer intiem samenzijn en een verrijkende ervaring. Het team van Materniteit wil u informeren en voorbereiden op het geven van borstvoeding.

De tien vuistregels

Onze zorginstelling heeft het Internationale kwaliteitslabel "Baby Friendly Hospital Initiative" behaald.

De 10 vuistregels ingevoerd door de WHO en UNICEF zijn een tienstappenplan voor het welslagen van borstvoeding.

1. Er is een borstvoedingsbeleid dat bekend is bij alle medewerkers.
2. Alle medewerkers zijn opgeleid in de begeleiding van borstvoeding.
3. Alle zwangere vrouwen krijgen informatie over de voordelen en de praktijk van borstvoeding.
4. Na de geboorte hebben mama en kind minstens een uur ongestoord huidcontact. Mama leert hoe zij de hongersignalen van haar baby kan herkennen.
5. Mama leert hoe zij de melkproductie in stand kan houden, zelfs als ze van haar baby gescheiden is.
6. De baby krijgt uitsluitend borstvoeding, geen bijvoeding zonder medische reden.
7. Moeder en kind blijven dag en nacht samen.
8. Borstvoeding op verzoek (vraag en aanbod).
9. Aan een baby die borstvoeding krijgt, wordt bij voorkeur geen speen of fopspeen gegeven zolang de melkproductie nog niet op gang is.
10. Bij ontslag wordt de mama doorverwezen naar borstvoedingsgroepen.

Voordelen van borstvoeding

Voor de baby

- Juiste samenstelling en rijk aan antistoffen.
- Licht verteerbaar, optimale darmflora.
- Goede ontwikkeling tong- en kaakspieren.
- Essentiële vetzuren zorgen voor een betere ontwikkeling van de hersenen.
- Minder allergieën en infecties.

Voor de mama

- Sneller herstel na bevalling (minder bloedingen).
- Altijd bij de hand, juiste temperatuur.
- Minder kans op eierstok- en borstkanker.
- Minder kans op osteoporose.
- Hygiënisch en goedkoop.
- Milieuvriendelijk.

De eigenlijke start

De eigenlijke start gebeurt onmiddellijk na de bevalling door uw baby zo dicht mogelijk tegen u aan te leggen, huid-tegen-huidcontact. Dit heeft een positief effect op het verdere verloop van de borstvoeding. Jullie leren elkaar kennen en het bevordert de band tussen moeder en kind. Laat uw baby spontaan zoeken naar de borst. Sommige baby's drinken vanaf het eerste moment goed, anderen hebben er meer moeite mee. De eerste weken zijn een oefenperiode, waarin moeder en baby aan elkaar wennen. Door continue begeleiding, streven wij ernaar uw baby gedurende de eerste 6 levensmaanden uitsluitend van moedermelk te laten genieten.

De baby mag heel frequent gevoed worden! De eerste levensdagen kan uw baby 8 tot 12 maal per 24 uur om voeding vragen.

Een aangepaste houding

U kan zowel zittend als liggend borstvoeding geven. Samen zoeken wij naar een houding die voor u en uw baby het meest prettig aanvoelt.

Uw baby wil of kan niet zuigen

Dan is afkolven met de hand (manueel) of met een elektrisch kolfapparaat dé oplossing om de melkproductie op gang te brengen en uw baby toch moedermelk te geven. We doen dit 6 à 7 maal per dag waarvan minstens 1 keer 's nachts wanneer u spontaan wakker wordt. Tijdens de nacht mag u eenmaal per nacht 5 uren doorslapen.

Heel belangrijk bij borstvoeding is de steun van uw partner en een positieve houding van de omgeving. Langzaam zal uw zelfvertrouwen groeien. Neem de eerste weken rustig de tijd om uw baby te leren kennen.

Wij wensen u verder veel succes!

Contactgegevens

Materniteit
Tel. 09 310 18 14
Locatie: Blok C - 1e verdieping
Hoofdvroedvrouw: mevr. Tracy De Weirdt

Andere nuttige adressen

- VZW Borstvoeding tel. 016 48 11 91
  www.vzwborstvoeding.be
- Kind & Gezin tel. 078 15 01 00
  www.kindengezin.be
- De tiende maand
  www.detiendemaand.be
- VLOV vzw tel. 03 218 89 67
  www.vlov.be
- VBBB tel. 03 281 73 13
  www.vbbb.be
- La Leche Leauge tel. 015 55 79 43
  www.lalecheleague.be

v10-08-2021
V.U.: vzw AZ ALMA - Ringlaan 15 - 9900 Eeklo
Ond.nr. 0463.862.908

SAP 11956

0501-AD-Extern

Contactinfo

vzw AZ Alma
(Maatschappelijke Zetel)
Ringlaan 15
B-9900 Eeklo
tel. 09 310 00 00

Polikliniek AZ Alma Sijsele
Gentse Steenweg 132
B-8340 Sijsele-Damme
tel. 09 310 00 00

www.azalma.be

Borstvoeding een mooi begin…