

Responsief voeden met de fles.

Dit informatieblad is voor medewerkers in de zorg die aan ouders informatie geven over hoe zij voeding per fles aan hun baby kunnen geven. In dit blad wordt ingegaan op hoe ouders dit kunnen doen terwijl zij ingaan op de behoeften en signalen van de baby.

De informatie is gebaseerd op de folder <http://nurturedchild.ca/index.php/pumping-bottle-feeding/bottle-feeding/>

1. Laat de moeder de baby rechtop houden. Vertel haar dat het belangrijk is om de hapreflex uit te lokken. Dit kan door het plaatsen van de speen van de fles op de bovenlip van de baby. Moedig haar aan te wachten tot haar baby zijn mond open doet voordat ze de speen in zijn mond doet. Gebruik maken van de reflexen van de baby zorgt ervoor dat de baby ontspannen kan drinken in zijn eigen tempo. Wanneer de baby de speen in de mond krijgt voor hij daar klaar voor is, zou hij zich kunnen verslikken.
2. Bij het voeden moet de fles horizontaal worden gehouden. Laat de moeder de fles net ver genoeg kantelen dat het puntje van de speen –inclusief het gaatje- gevuld is met melk. Als de fles leger raakt, zal ze de fles meer moeten kantelen. Het is geen probleem als er een lucht bubbel zit aan de onderkant van de speen, zolang er maar melk in het puntje van de speen zit. Dit werkt het best met een rechte fles.



Foto 1: Deze baby wordt overspoeld met melk en vertoont duidelijke tekenen van stress.

3. Vertel de moeder hoe haar baby aangeeft dat hij gevoed wil worden. Alle baby's zouden op verzoek gevoed moeten worden, ongeacht de voeding die ze krijgen.

Wanneer de moeder tijdens de voeding stresssymptomen bij de baby ziet (gespreide vingers en tenen, melk die uit de mond loopt, wegdraaien van het hoofd, gefronste wenkbrauwen, bijgeluiden bij het slikken of het wegduwen van de fles – zie foto 1) dan heeft de baby een pauze nodig. Vertel haar dat ze de speen van de fles in de mond van de baby kan laten, maar dat ze de fles zo kan kantelen dat het puntje van de speen richting het gehemelte van de baby wijst. Door dit te doen weet de baby dat de fles er nog is en start de baby weer met zuigen wanneer hij daar klaar voor is. Wanneer hij dat doet kan ze de fles weer horizontaal kantelen zodat de baby weer melk krijgt. Het is frustrerend voor de baby wanneer de moeder de speen uit zijn mond haalt om hem te laten pauzeren, omdat hij niet weet of de fles weg is of dat deze weer terug komt. Wanneer de baby signalen vertoont dat hij klaar is met drinken (wegdraaien van hoofd, wegduwen van fles etc.), wijs haar dan op deze tekenen en vertel dat dit het moment is om te stoppen met voeden, of de fles nu leeg is of niet.

4. Vertel de moeder dat halverwege de voeding van kant wisselen helpt om beide ogen en kanten van zijn lichaam te ontwikkelen en stimuleren. Dit helpt ook tegen het ontwikkelen van een voorkeurshouding.



Foto 2: Goede positie voor flesvoeding, een baby die ontspannen is en geniet van de voeding en het contact met zijn moeder.

5. Het is belangrijk dat een baby wordt gevoed met een speen die bij hem past. Alle baby's zijn verschillend, dus er is niet één soort speen het beste. Het is wel belangrijk om de melkstroom af te stemmen op de leeftijd van de baby. Hoe jonger de baby, hoe langzamer deze moet zijn. Ook voor oudere baby's kan een speen met langzame flow goed zijn wanneer zij moeite hebben met de melkstroom. Vertel de moeder dat de voorgeschreven leeftijd op de verpakking van spenen niet leidend is en dat zij het beste kan kijken naar haar baby om te zien wat het beste voor hem werkt. Baby's kunnen in principe uit alle soorten spenen drinken. Sommige flessenspenen hebben een hele brede basis en worden aangeprezen als 'beter in combinatie met borstvoeding', maar zijn zo breed dat de baby alleen op het puntje van de speen zuigt. Op foto 3 zie je hoe de baby alleen aan het puntje van de speen zuigt. Op foto 4 een voorbeeld van hoe de mond van de baby eruit moet zien wanneer hij aan de fles drinkt.



Foto 3:

Fout: de lippen van de baby zijn alleen om het puntje van de speen. Let ook op de gefronste wenkbrauwen.



Foto 4:

Goed: de lippen van de baby zijn ook om de basis van de speen en de lippen zijn een beetje omgekruld

Geef de moeder informatie over de volgende onderwerpen:

1. De fles pas aanbieden als de baby zelf hapt. De speen in de mond doen zonder dat de baby daar klaar voor is, geeft kans op verslikken en is stressvol voor de baby.
2. Wanneer een baby is ingebakerd, kan de moeder de stresssignalen niet herkennen. Daarnaast is het belangrijk dat de baby zijn handen vrij heeft om te kunnen participeren in de voeding.
3. Voeden is een belangrijk moment voor het hebben van sociale interactie met de baby. Vertel de moeder dat oogcontact met de baby, praten en genieten van de voeding belangrijke interactiemomenten met haar baby zijn. Voeden zou niet iets moeten zijn wat ze 'tussendoor' doet.
4. Een baby forceren de fles leeg te drinken door de fles te draaien of rond te bewegen in de mond van de baby, zorgt ervoor dat hij meer drinkt dan goed voor hem is. Vertel dat het belangrijk is de baby te laten bepalen wanneer hij klaar is. Overvoeding kan leiden tot kramp, spugen en natuurlijk overgewicht.

Gebruik van kunstvoeding

Zorg ervoor dat de moeder weet dat kunstvoeding niet steriel is. Het is belangrijk dat zij goed geïnformeerd is over hoe zij de voeding moet klaarmaken. Melk in poedervorm kan besmet zijn met de bacterie *E. sakacikii*, die fataal kan zijn voor jonge kinderen. Baby's onder een jaar oud hebben een groot risico besmet te raken met deze bacterie. Baby's jonger dan 28 dagen, vroeg geboren, baby's met een laag geboortegewicht of met een zwak immuun systeem lopen het meeste gevaar. In het ziekenhuis wordt vloeibare kant-en-klare voeding gebruikt omdat deze steriel is.

Bij gebruik van melk in poedervorm is het erg belangrijk goed geïnformeerd te zijn om

potentiele bacteriën te doden.

Hoe de hechting gestimuleerd kan worden tijdens het geven van voeding met de fles.

Sommige moeders moederen van nature– ongeacht de manier van voeden. Misschien hebben zij een hoger gehalte oxytocine, prolactine en andere natuurlijke morfine achtige stoffen in hun bloed. Voor anderen is hechting met de baby een proces dat tijd kost. Er zijn veel dingen die vrouwen die geen borstvoeding geven, kunnen doen om deze belangrijke hormonen in hun bloed te verhogen:

1. Huid-op-huidcontact – terwijl het vaak wordt aangeraden aan moeders die borstvoeding geven om de melkproductie op gang te brengen, wordt het vaak niet verteld tegen moeders die flesvoeding geven direct na de geboorte. Alle moeders en baby's profiteren van huid-op-huid contact – fysiek, emotioneel en neurologisch.
Aanraking -vooral tussen ouder en kind- zorgt voor het vrijkomen van opioïden, wat zorgt voor goede hechting. Een langdurige verhoging van prolactine bij de ouder die het kind vasthoudt, stimuleert het opioïdesysteem, wat de basis legt voor intieme, liefdevolle familiere relaties.
2. Raad de moeder aan haar baby vast te houden en te knuffelen. Een draagdoek is een handig middel om de baby dichtbij te houden. De warmte en nabijheid van de baby zorgt van een verhoging van waardevolle hormonen. Regelmatig lichaamscontact zorgt voor een constant verhoogd niveau van oxytocine bij de baby. Dit hormoon zorgt er op zijn beurt voor dat de stresshormoonrespons van de baby vermindert.
3. Vertel de moeder dat het goed is dat zij haar baby zelf voedt. In de weken na de bevalling kan het verleidelijk zijn om vrienden en familie de baby te laten voeden zodat zij andere dingen kan doen. Stel voor dat ze die rollen omdraait en vrienden en familie die dingen laat doen, terwijl de moederitrust en tijd doorbrengt met de baby tijdens de voeding.
4. Geef tips om contact te maken met de baby tijdens het voeden. Het is belangrijk dat ze haar baby in de ogen kijkt, vingertjes, oren, teentjes bewondert. Laat haar aanraking maximaal zijn. Voeden is voor een baby aan de borst een volledige zintuiglijke ervaring, het nabootsen hiervan tijdens het geven van de fles maakt dat de voeding meer voldoening geeft voor zowel moeder als baby.
Een onderzoek heeft uitgewezen dat oxytocineniveaus hoger zijn bij ouders die ingaan op de behoeften van hun baby – inclusief naar de baby kijken, positieve expressie en aanraking (Biological Psychiatry).
5. Stel voor dat ze met haar baby in bad gaat – Samen in bad is een win-win situatie: warm water en huid-op-huidcontact, vaders vinden dit ook vaak fijn.
6. Maak haar ervan bewust dat voeden tijd kost en ze de baby niet snel vol moet stoppen met voeding.
Bij baby's die de fles krijgen wordt vaak een meer variabel niveau van oxytocine gemeten. Maar dit niveau is hoger bij een kind dat gevoed wordt met aandacht, in de armen van de ouder, dan een baby die efficiënt en zonder aandacht wordt gevoed.