een santeon ziekenhuis

Naar huis met een te vroeg geboren baby met sondevoeding

St. Antonius Geboortezorg biedt ouders de mogelijkheid hun te vroeg geboren (premature) baby eerder mee naar huis te nemen door zelf thuis sondevoeding te geven. Ouders worden daarbij begeleid door het ziekenhuis.

Jullie baby mag naar huis omdat hij of zij medisch stabiel is, goed groeit en zichzelf op temperatuur kan houden (eventueel met kruiken). Samen met de kinderarts of verpleegkundig specialist hebben jullie besproken dat jullie baby thuis sondevoeding krijgt. Thuis kan jullie baby in alle rust verder oefenen met drinken, in zijn of haar eigen tempo.

In deze folder lezen jullie wat je kunt verwachten in de eerste periode thuis. Ook leggen we uit hoe wij jullie blijven begeleiden. Pas wanneer jullie, als ouders, helemaal klaar zijn om de zorg zelf over te nemen, gaat jullie kind mee naar huis.

Begeleiding vanuit het ziekenhuis

Videoconsulten

Thuis krijgen jullie begeleiding van het ziekenhuis. Twee keer per week hebben jullie een videoconsult met een verpleegkundig specialist. Tijdens dit gesprek bespreken we hoe het met jullie baby gaat. Er is ook alle ruimte om vragen te stellen. We bespreken onder andere:

- hoe het drinken gaat
- het gewicht van jullie baby
- de voeding en of deze moet worden aangepast
- de temperatuur, natte luiers, ontlasting en eventueel spugen
- jullie vragen of zorgen

Tijdens het videoconsult kan de verpleegkundig specialist zien hoe het met de baby gaat.

Voedingslijst bijhouden

Thuis gebruiken jullie de Daglijst sondevoeding (https://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg/media/daglijst-sondevoeding-geboortezorg-pdf). Daar noteren jullie dagelijks de voeding en verzorging van jullie baby, zoals:

- de voedingen
- de temperatuur
- natte luiers
- ontlasting

- spugen
- eventuele medicijnen

Tel aan het einde van de dag de totalen op. Vul deze totalen elke dag rond hetzelfde tijdstip in via de vragenlijst in Mijn Antonius. De verpleegkundig specialist ontvangt deze gegevens. Op deze manier kunnen we de groei, voeding en gezondheid van jullie baby goed volgen. Tijdens het videoconsult bespreken we samen de resultaten.

Videoconsult voorbereiden

Weeg jullie baby de dag vóór het videoconsult zonder kleertjes en luier. Noteer daarna het gewicht op de Daglijst sondevoeding (https://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg/media/daglijst-sondevoeding-geboortezorg-pdf). Schrijf ook vragen op die jullie willen stellen. Zo vergeten jullie niets tijdens het gesprek. Hebben jullie een dringende vraag of maken jullie je zorgen? Wacht dan niet tot het volgende videoconsult, maar neem direct contact op met Geboortezorg.

Wennen en kwetsbaarheid

Wennen aan thuis

Thuiskomen met een pasgeborene die lang in het ziekenhuis heeft gelegen, heeft vaak een grote impact op het gezin. Iedereen moet wennen aan de nieuwe situatie en het kind moet wennen aan de nieuwe omgeving.

Daarnaast zijn prematuur geboren kinderen kwetsbaarder dan kinderen geboren na een voldragen zwangerschap. Zij zijn gevoeliger voor prikkels van buitenaf, zoals licht en geluid, hebben meer moeite om goed op temperatuur te blijven en hebben een groter risico op het krijgen van infecties. Dat komt omdat de organen en het immuunsysteem nog niet helemaal zijn ontwikkeld. Naarmate het kind ouder wordt, neemt deze extra gevoeligheid af.

Rust en bezoek (prikkels)

In de eerste fase thuis is het fijn om eerst goed aan elkaar te wennen. Bezoek van familie en vrienden is fijn, maar laat rust nog de prioriteit hebben om een teveel aan prikkels te voorkomen. Stel het bezoek zoveel mogelijk uit tot na de uitgerekende datum. Laat bezoek dat verkouden is liever een week later komen en vermijd zeker bezoek met een actieve koortslip.

Temperatuur meten

In de eerste periode thuis meten jullie de temperatuur van jullie baby drie keer per dag: 's morgens, 's middags en 's avonds. Zo zien jullie of jullie baby goed gewend raakt aan de temperatuur thuis. De babykamer heeft bij voorkeur een temperatuur tussen 16°C en 18°C.

Blijf de temperatuur meten totdat deze niet meer schommelt en jullie baby geen kruiken meer nodig heeft. Het is geen enkel probleem als de baby koude handjes heeft.

Een normale lichaamstemperatuur schommelt tussen 36.8°C en 37.2 °C. Is de temperatuur te hoog of te laag? Meet de temperatuur dan bij de volgende voeding opnieuw en volg de richtlijnen hieronder:

- **Temperatuur van 36.9°C en lager**: het is verstandig om 1 kruik te gebruiken.
- **Temperatuur van 36.7°C en lager**: gebruik 2 kruiken.
- **Temperatuur vanaf 37.2°C en hoger**: het is verstandig om de kruik(en) weg te halen.
- **Blijft de temperatuur lager dan 36.5° C of hoger dan 37.5° C?** Bel dan de afdeling Geboortezorg voor overleg.

Veilig een kruik gebruiken

Controleer vóór gebruik altijd of de kruik niet lekt. De rubberen ring mag niet uitgedroogd zijn. Vul de kruik met heet water tot de kruik overloopt (dit voorkomt lekken). Doe daarna een kruikenzak om de kruik en leg deze een handbreedte van de baby af, met de dop naar beneden.
De baby mag niet tegen de kruik aanliggen. Leg daarom tussen de kruik en het kind 2 dekentjes of andere lagen. Gebruik geen zeiltje in het bed of warmwaterzak.

Wanneer neem je contact op?

Als een kind ziek wordt, dan is dat soms in het begin niet zo duidelijk. Het kan subtiel beginnen met wat minder drinken, meer spugen of minder goed reageren. Er kan sprake zijn van koorts of juist ondertemperatuur, ondanks het juist gebruik van een kruik. Ook kan jullie kind bleker of zelfs grauwer zien dan normaal, of niet of nauwelijks meer wakker worden voor een voeding.

Als je vermoedt dat je baby ziek is en je baby krijgt nog sondevoeding of je twijfelt over de hierboven beschreven klachten, wacht dan niet af, maar neem direct contact op met het ziekenhuis. Is jullie kind definitief ontslagen en krijgt het dus geen sondevoeding meer thuis, neem dan contact op met de huisarts.

Leren drinken

Drinken is een complexe vaardigheid. De baby moet het zuigen met slikken en ademhalen kunnen coördineren. Jullie kind mag dit in zijn of haar eigen tempo leren.

Voeden als de baby wakker is

Het is belangrijk dat jullie baby wakker is voordat je begint met voeden. Als jullie kind nog slaapt, maar toch aan voeding toe is, kun je de baby wakker maken door hem of haar te verschonen.

Of je kiest ervoor om de baby te laten slapen en de voeding per sonde te geven. Jullie kind kan dan energie sparen voor een volgende voeding, om te groeien en zichzelf op temperatuur te houden. Hierdoor blijft jullie kind in een goede conditie en lukt het mogelijk een volgende voeding wel om goed te drinken.

Naarmate jullie kind ouder wordt zal hij of zij vaker en langer zelf kunnen drinken.

Meldt jullie kind zich te vroeg voor een voeding? Dan is het niet erg om een keer af te wijken van het schema. Zorg wel dat er minimaal twee uur tussen twee voedingen zit. Zo is het risico op spugen kleiner.

Zoek-, zuig- en slikreflex

De zoek-, zuig- en slikreflex zijn de belangrijkste reflexen om te kunnen drinken. Bij voldragen baby's zijn deze reflexen al vlak na de geboorte op te wekken. Bij prematuur geboren baby's zijn deze reflexen niet altijd al vanaf de geboorte aanwezig, maar zullen zich gaan ontwikkelen naarmate het kind ouder wordt. Jullie kind kan niet

eerder drinken totdat deze reflexen aanwezig zijn.

Wanneer het mondgebied van de baby (mondhoeken, lippen, wangen) wordt geprikkeld door de tepel, speen of vinger ontstaat er een zoekbeweging met de mond. Hij of zij zal de mond openen. Soms vertoont de baby ook zelf zoekgedrag; hij of zij lijkt te schudden met het hoofd en met open mondje te zoeken naar de borst of speen. Zodra een kind deze reflexen laat zien noemen wij dit 'voedingsbereidheid', jullie kind is neurologisch voldoende uitgerijpt om te starten met drinken.

Bij borstvoeding laat je de baby met een grote hap aanhappen met de tepel richting het gehemelte. Daarna zal het starten met zuigen en na een korte zuigperiode ook slikken. Bij flesvoeding is het belangrijk dat je wacht met het inbrengen van de speen tot de baby goed zoekt en hapt. Daarna zal het starten met zuigen en slikken.

Stress-signalen

Tijdens het drinken kun je goed opletten of jullie baby het drinken als prettig ervaart en dat de voeding rustig verloopt. Stress tijdens het drinken zorgt voor een onprettige drinkervaring. Stress-signalen zijn:

- wenkbrauwen optrekken;
- angstig kijken of juist de ogen stevig dichtknijpen (afsluiten);
- neusvleugels bewegen;
- hoofd naar achteren bewegen;
- kokhalzen;
- verslikken;
- knoeien.

Let op deze stress-signalen: je baby laat zien (tijdelijk) te willen stoppen met de voeding. Wanneer je doorgaat met voeden, kan de baby zich verslikken of benauwd worden. De baby zal de voeding dan als onprettig ervaren. Bij meerdere onprettige drinkervaringen is de kans op het ontwikkelen van voedingsproblemen op latere leeftijd groter.

Zijligging

Tijdens de flesvoeding kan er in zijligging gevoed worden. Dit is ook de natuurlijke houding bij borstvoeding. In zijligging is er minder kans dat de baby zich verslikt. De voeding die de baby niet doorslikt kan via de zijkant de mond uitlopen. Ook is de ademhaling voor jullie baby in deze houding gemakkelijker en rustiger. Op deze manier is het eenvoudiger om een korte pauze te geven tijdens de voeding door de fles naar beneden te kantelen. Jullie baby kan in deze pauze een paar keer ademen voordat hij of zij verder gaat met drinken.

Ondersteun de baby tijdens voeding

Zowel bij borst- als bij flesvoeding is het belangrijk dat jullie baby stevig gesteund ligt. Bij borstvoeding ligt de baby tegen de moeder aan, buik tegen buik, in zijligging met oren, schouders en heupen op één lijn. Dit geldt ook bij het geven van flesvoeding. Je steunt je kind met één hand in de rug (niet in de nek of tegen het hoofd), handjes in de middenlijn, in zijligging met oren, schouders en heupen in één lijn.

Wakkere momenten en oefenen

Gebruik vooral de wakkere momenten om te oefenen met drinken. Je kind begint met het maken van kleine

geluidjes, smakbewegingen, zoeken en zuigen op de handjes. Als je dit ziet, mag je het kind aanleggen aan de borst of de fles geven.

De kans van slagen is het allergrootst als jullie kind voedingsbereid is. Laat jullie kind die voedingsbereidheid nooit zien en wordt het ook niet uit zichzelf wakker? Maak het kind dan minimaal 4x per dag rustig wakker om te oefenen. Al is het maar voor 5 minuten. Jullie kind leert drinken door te oefenen. Wordt jullie kind bij zo'n poging echt niet wakker, probeer het dan een volgende voeding opnieuw.

- Start nooit met voeden als je kind in een diepe slaap is. De kans op verslikken is dan groot.
- In de eerste week thuis voed je niet langer dan 20 minuten: daarna ga je over tot het geven van sondevoeding.
- Je voedt of met de borst of met de fles, gebruik beide methodes niet gedurende één voedingsmoment.
- Soms wil een kind niet langer dan 5 minuten drinken, dat is niet erg. Een andere keer is het misschien wel in staat om het 20 minuten vol te houden, dit zal per voeding verschillen.

Goede hygiëne

Bij het bereiden van de voeding, moedermelk (met eventuele toevoegingen) of kunstvoeding, is goede hygiëne belangrijk:

- Was altijd je handen met water en zeep en gebruik schone materialen.
- Keukenspullen die je bij het klaarmaken van de voeding gebruikt, was je af met heet water en afwasmiddel.
- Je kunt de (kunst-)voeding voor maximaal 24 uur klaarmaken of per portie voor de toediening.
- Als je meerdere porties tegelijk klaarmaakt, bewaar je deze in de koelkast.
- Werk bij het klaarmaken zo schoon mogelijk en zorg dat er geen klontjes in de voeding zitten om verstopping van de sonde te voorkomen.
- Breng iedere portie vlak voor het gebruik op lichaamstemperatuur (ongeveer 37°C). Controleer dit door een paar druppels op de binnenkant van je pols te sprenkelen. Als je de druppels amper voelt, is de temperatuur precies goed.
- De voeding mag zeker niet te warm zijn. Dit veroorzaakt irritatie of zelfs verbranding van de slokdarm.

Extra tips bij borstvoeding

- **Borst voorvormen**
  Bij borstvoeding kan het nodig zijn dat je voorwerk doet, vooral als jullie baby minder kracht heeft of nog erg klein is. Met de hand kun je de tepel voorvormen en een beetje melk kolven. Tijdens de borstvoeding kun je de baby helpen door borstcompressie toe te passen om zo de melkstroom te stimuleren.
- **Te veel melk**
  Bij te veel melkproductie of het snel en veel toeschieten van melk, kun je de melk opvangen na het eerste toeschieten en vervolgens de baby opnieuw aanleggen.
- **Tepelhoedje**
  Een tepelhoedje is een siliconen hoesje dat je over de tepel plaatst. Als een goede houding, het voorvormen van de tepel en voorkolven niet genoeg helpen, kan een tepelhoedje tijdelijk helpen. Vooral bij baby's die weinig kracht hebben of snel ademen. Het geeft de baby meer houvast en kan het drinken uit de borst makkelijker maken.
- **Kolven**
  Het kolven blijft in deze fase nog erg belangrijk. Een goede melkstroom helpt de baby om makkelijker uit de borst te leren drinken. Bouw het kolven pas af als het kind alle voedingen uit de borst drinkt.

Lees meer over borstvoeding bij prematuriteit en kolven op de pagina Borstvoeding (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5852).

Extra tips bij flesvoeding

- **Pauzes geven**
  Als de baby te veel zuigbewegingen achter elkaar maakt en hierdoor stress-signalen laat zien, geef het dan extra adempauzes. Vaak krijgen ouders het advies om de speen na 3 tot 5 zuig-slikbewegingen kortdurend te kantelen. Wacht met het terug kantelen van de speen tot jullie baby zelf aangeeft weer te willen starten.
- **Een andere fles en/of speen**
  Soms adviseren we een andere fles en/of speen waardoor de melk langzamer stroomt. Zo is de kans kleiner dat jullie baby zich verslikt of stress krijgt. Een Dr. Brown fles met een prematurenspeen geeft een rustige en kleine melkstroom waarbij een baby rustig het slikken en ademen kan combineren.

Wat je nog meer kunt doen bij borst- en flesvoeding

- Laat de baby altijd goed boeren tijdens en na de flesvoeding en soms ook na een borstvoeding. Soms kan een baby veel lucht inslikken. Het is heel belangrijk om de reacties van je kind te blijven observeren tijdens een voeding.
- Zodra het kind goed drinkt kun je rond de uitgerekende datum een normale fles en/of speen proberen. Als dit goed gaat kun je na enkele weken ook voeden in rugligging proberen. Verslikt jullie baby zich alsnog of gaat hij of zij morsen, voed dan nog even door in zijligging en probeer het een week later nogmaals.
- Na het geven van de (sonde-)voeding is het tijd voor knuffelen en genieten van elkaar!

Aanvullende nazorg

Uitgestelde kraamzorg

Vaak komt het gezin in aanmerking voor uitgestelde kraamzorg als een kind prematuur geboren is. Overleg dit met jullie zorgverzekeraar. De kraamverzorgende ondersteunt bij de dagelijkse verzorging van jullie kind. Vragen over (sonde)voeding bespreken jullie niet met de kraamverzorgende, maar met de zorgverleners van het ziekenhuis en bij voorkeur tijdens het video-consult.

Medisch specialistisch thuiszorgteam

Je belt de kinderverpleegkundige van het medisch specialistisch thuiszorgteam als er een nieuwe voedingssonde ingebracht moet worden. Zij adviseren niet over de voeding, conditie en groei van jullie kind. Zij brengen alleen een voedingssonde in en controleren de juiste positie daarvan.

Polikliniekbezoek

Ongeveer 2 tot 3 weken na ontslag uit het ziekenhuis hebben jullie een afspraak op de polikliniek Kindergeneeskunde. De kinderarts of verpleegkundig specialist bespreekt hoe het met jullie kind gaat en kijkt naar de voeding, groei en ontwikkeling. Ook bespreken we eventuele medicijnen en het vervolgtraject. Omdat jullie kind te vroeg geboren is, blijven we de groei en ontwikkeling langere tijd volgen.

Voor de evaluatie van de groei en ontwikkeling van prematuur geboren kinderen gebruiken we de eerste 2 jaar

de ‘gecorrigeerde leeftijd’. Dat is de leeftijd van het kind vanaf de uitgerekende datum.

Verzorging en veiligheid

Lees meer informatie over de verzorging van de baby op de pagina ‘Naar huis met je baby (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5870)’.

Extra informatie voor prematuur geboren baby’s

Slapen en voorkomen voorkeurshouding

Bij prematuur geboren kinderen duurt het vaak langer voordat ze de hele nacht doorslapen. Door structuur in de dag te brengen en de nachtvoedingen zo rustig mogelijk te houden met weinig licht en geluid, zal het kind sneller een dag- nachtritme krijgen.

Kinderen kunnen door het vele liggen en het eenzijdig benaderen een ‘voorkeurshouding’ ontwikkelen. Hierdoor kan een afplatting aan de zijkant of de achterkant van het hoofd ontstaan. Dit komt bij prematuur geboren kinderen vaker voor dan bij op tijd geborenen.

Het is belangrijk in rugligging het hoofd afwisselend beide kanten op te leggen. Benader jullie baby tijdens het voeden en aankleden ook afwisselend van beide kanten. Mocht er toch afplatting optreden, dan kun je dit bespreken tijdens een nazorgcontrole.

Huilen

Huilen is voor een kind een manier om te communiceren. Een kind huilt omdat het honger heeft of moe is, of een combinatie van beide. Ook kan het last hebben van het verteren van de voeding of pijn hebben.

Het wordt zeker bij prematuur geboren kinderen afgeraden om een kind te lang te laten huilen zonder het op te pakken. Een kind begrijpt het nog niet en heeft vooral nog behoefte aan geborgenheid.

Als jullie kind pijn heeft door darmkrampjes en het overstrekt zich, breng dan voorzichtig de knietjes naar de buik zodat het kind een ronde houding heeft waardoor de buik zich ontspant.

Wiegendood en roken

Wiegendood is het plotseling en onverwachts overlijden van een baby onder de 2 jaar, zonder duidelijke lichamelijke verklaring van het overlijden. Uit onderzoek blijkt dat kinderen die op de buik slapen een verhoogd risico hebben op wiegendood. Leg jullie baby altijd op de rug te slapen. Dat is de veiligste slaaphouding.

Zorg voor een rookvrije omgeving en rook niet in de buurt van de baby. Meeroken na de geboorte verhoogt het risico op wiegendood met 2,5 keer. Roken is, naast buikligging, de belangrijkste risicofactor die kan worden voorkomen.

Vervoer

In de auto is het verplicht jullie baby in een speciaal autostoeltje (bijvoorbeeld Maxi-Cosy) te vervoeren. De meeste prematuur geboren kinderen zijn nog te klein voor dit stoeltje. Het is belangrijk dat jullie kind goed

gesteund in het stoeltje zit. Gebruik hiervoor een stoelverkleiner of maak een sling van een opgerolde handdoek.

Naar buiten gaan

Een prematuur geboren baby is een kwetsbare baby. Tot de uitgerekende datum mag hier zeker rekening mee gehouden worden. Tijdens de nacontrole kun je bespreken wanneer je veilig met je baby naar buiten kunt gaan. Zodra je naar buiten gaat met jullie baby, vermijd dan drukke plekken waar veel mensen bij elkaar zijn. Zo is de kans kleiner dat jullie baby een verkoudheid of andere (virus)infectie oploopt.

Contact

Wij willen benadrukken dat bij zorgen over jullie kind, jullie altijd contact kunnen opnemen met het ziekenhuis. Bij ontslag met sondevoeding blijft het ziekenhuis verantwoordelijk voor de medische behandeling van jullie kind. Voor niet dringende vragen kun je de vragen bundelen en bespreken tijdens een video-consult.

Drinkt jullie baby alle voedingen zelfstandig en is de sondevoeding gestopt? Neem dan bij vragen of zorgen over de gezondheid contact op met de huisarts.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Leren sondevoeding geven (https://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg/leren-sondevoeding-geven)
- Naar huis met je baby (tips voor ouder en kind) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg/naar-huis-met-je-baby-tips-voor-moeder-en-kind)
- Naar huis met je baby (tips voor de verzorging) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg/naar-huis-met-je-baby-tips-voor-je-kindje)
- Opname Neonatologie Geboortezorg (https://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg/opname-neonatologie-geboortezorg)

Specialismen

- Geboortezorg (https://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg)

Contact Geboortezorg **T 088 320 64 00**