



Zorg aan de pasgeborene



AZ Sint-
Vincentius
DEINZE

Beste ouders,

Proficiat met de geboorte van jullie baby.

Om jullie wat wegwijs te maken in de zorg rond jullie baby hebben wij deze brochure gemaakt.

We hopen hiermee om naast de mondelinge uitleg die jullie ongetwijfeld van de kinderartsen en vroedvrouwen kregen, een belangrijke schriftelijke leidraad te kunnen aanbieden. Mochten er nog vragen zijn, aarzel dan niet om ze te stellen!

We wensen jullie een fijne kraamtijd toe op onze materniteit.

Het personeel van de materniteit

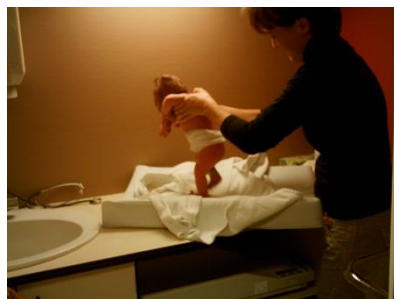
De vroedvrouwen van de materniteit zullen je begeleiden bij de verzorging van je baby. Aanvankelijk zullen zij nog vele taken van jou overnemen, maar geleidelijk aan zullen ze je stimuleren om zelf voor de verzorging van je baby in te staan zodat je volledig zelfstandig voor je baby kan zorgen als je naar huis gaat.

Skin to skin

Onmiddellijk na de geboorte legt de vroedvrouw (als je dat wil) je baby op je blote huid (skin to skin), bedekt met een warm, zacht dekentje. Deze eerste kennismaking met je pasgeboren baby is heel bijzonder. Door het contact met jouw warme huid worden de temperatuur, het hart- en ademhalingsritme van de baby optimaal geregeld. Dit eerste huid-aan-huidcontact tussen moeder (vader) en de pasgeboren baby kan een belangrijke stimulans betekenen voor het welslagen van de borstvoeding en het op gang komen van de ouder-kind relatie.

APGAR-score

De vroedvrouw zal je baby tijdens deze eerste minuten na de geboorte zeer zorgvuldig observeren en de APGAR score bepalen na 1, 5 en 10 minuten. Bij deze APGAR score krijgt je baby punten op ademhaling, pols, kleur, tonus en reflexen.



Als het om medische redenen nodig is, zal het eerste huidcontact tussen mama en baby wel onderbroken worden.

Indien je borstvoeding geeft, kan je baby nu reeds op zoek gaan naar de borst. In geval van keizersnede kan de partner dit eerste huid-aan-huidcontact moment overnemen. In de mate van het mogelijke proberen we echter ook in het operatiekwartier hiervoor tijd en ruimte te maken. Nadat de baby voor de eerste keer heeft gedronken (bij borstvoeding) of na ongeveer een uurtje zal de vroedvrouw je baby verder de eerste zorgen toedienen.

- je baby wordt goed drooggewreven
- overtollige slijmpjes worden alleen geaspireerd indien echt noodzakelijk
- de navelstreng wordt afgeklemd
- vitamine K wordt toegediend onder de vorm van een spuitje omdat dit het best bloedingen bij pasgeboren baby's voorkomt.
- je baby wordt gemeten en gewogen
- je baby krijgt zijn eerste luier en kleertjes aan

Ben je bevallen via een keizersnede, dan gebeurt dit eerste onderzoek in de sectiozaal omdat er altijd een kinderarts bij de keizersnede aanwezig is.

De kinderarts zal je baby de dag van de bevalling op de kamer komen onderzoeken. Hierna zal tijdens je verblijf op de kraamafdeling je kinderarts ook elke dag langskomen. Aarzel niet hem/haar al je vragen te stellen!

Het babybadje

De dag van de bevalling krijgt je baby nog geen badje opdat het huidsmeer optimaal in de huid kan trekken. Eventueel wordt wel het hoofdje, als het sterk is bevuild, wat gereinigd.

Het babybadje wordt door de vroedvrouwen stapsgewijze aangeleerd. De eerste dag(en) zullen de vroedvrouwen zelf het babybadje geven, er uitleg over geven en alles rustig voor tonen.

Bedoeling is dat je na enkele dagen eerst onder begeleiding, nadien zelfstandig jouw baby een badje kan geven. In het begin is het voor de meeste moeders heel onwennig en niet zo leuk om een vaak hevig huilende en spartelende baby een badje te geven. Vaak heb je schrik dat je baby je ontglipt of dat je hem pijn zal doen, je baby lijkt immers heel kwetsbaar. Maar naarmate je er beter mee vertrouwd raakt, is het babybadje de ideale gelegenheid om contact met je baby te leggen, hem eventjes te verwennen en met hem te spelen.

Misschien wil ook de papa eens bij het babybadje in het ziekenhuis aanwezig zijn? Bespreek dat met de vroedvrouwen, zodat je het badje kan geven als je echtgenoot/partner aanwezig is.

Op onze kraamafdeling wordt het babybadje 's morgens gegeven, vóór de voeding. Thuis kan je op elk moment van de dag je baby een badje geven.

Misschien vind je het geruststellend als er iemand in de buurt is, geef dan een babybadje als je echtgenoot/partner thuis is en hij bij de verzorging kan helpen. Misschien vind je het juist niet prettig als anderen op je vingers staan kijken terwijl je je baby een badje geeft en geniet je intens van deze momenten met z'n twee, opteer dan om 's morgens een babybadje te geven.

Sommige baby's worden rustig na hun badje, anderen zijn daarna heel alert, ook daarvan kan je het tijdstip van het babybadje laten afhangen. Het is wel het meest aangewezen je baby vóór de voeding een badje te geven omdat je baby anders wat voeding zou kunnen teruggeven.

Wat heb je allemaal nodig?

- babybadje
- 2 zachte handdoeken (of moltons)
- een washandje
- verzorgingsproducten: evt. badolie, zeep (niet geparfumeerd), luierzalf, evt. hydraterende, hypoallergene crème (bij droge huid)
- badthermometer
- luier
- schone kleertjes
- haarborstel
- fysiologisch water voor oogjes, neusje en oortjes

Zorg voor een goed opgewarmde werkruimte (21-23°C) en vermijd tocht.

Zorg ervoor dat het babybadje op werkhoogte staat, zo vermijd je onnodige rugklachten.

Laat het badje vollopen, de ideale temperatuur is 37°C. Je kan de temperatuur van het water testen door met je elleboog eventjes in het water te voelen. Voeg de badolie (als je die gebruikt omwille van de droge huid van je baby) pas aan het water toe nadat de baby reeds in het badje ligt.

Zorg ervoor dat alles in handbereik is.

Laat je baby, eens hij op het verzorgingskussen ligt, nooit alleen! Als de telefoon rinkelt, laat hem dan rinkelen...

Ligt alles klaar? Zijn je handen gewassen? Dan kan je aan de slag!

Uitkleden

Kleed je baby uit.

Maak een eventueel bevuild stuitje proper met vochtige doekjes. Het is normaal dat je baby nu meestal begint te huilen... Je haalt hem immers uit z'n warme bedje en nu wordt hij plots uitgekleed en mist hij de warmte en geborgenheid die hij in zijn bedje vond.

Praat tijdens het babybadje met je baby, vertel hem wat je gaat doen.

Wassen

Was het gezichtje alleen met water en droog het voorzichtig af. Reinig de oogjes altijd van buiten naar binnen.

Zeep het washandje in en was je baby op het verzorgingskussen. Begin met het hoofdje en ga zo door over het buikje, de armpjes en handjes, beentjes en voetjes. Om zijn rugje te wassen, draai je de baby op zijn ene en nadien op zijn andere zij. Was goed in alle huidplooien. Eindig met de liesplooien en het stuitje. Was dit altijd van voor naar achter.

Bij meisjes kan het zijn dat er slijmpjes tussen de schaamlippen zitten, haal ze gerust weg.

Bij jongetjes is de voorhuid vaak verkleefd, probeer deze voorhuid nooit los te maken want daardoor veroorzaakt je onnodig scheurtjes.

Bij het gebruik van badolie omwille van een droge babyhuid is het gebruik van zeep overbodig. Vóór het badje was je het gezichtje met water, de stuit en de genitaliën met wat zeep. Daarna kan de baby in het badje met badolie. Wil je de haartjes eens goed wassen - wat niet alle dagen hoeft - dan doe je beter eens geen badolie in het badje of pas na het spoelen van de haartjes.

Afspoelen

Neem de baby als volgt vast: leg het hoofdje op een voorarm en neem ondertussen met dezelfde hand de baby vast onder de oksel. Zo kan de baby je niet ontglippen. Neem met de andere hand de beide enkels van de baby vast en laat dan de baby voorzichtig in het water glijden. Laat nu de hand die de enkels vasthield los en spoel met deze hand voorzichtig je baby af.

Niet alle baby's vinden het badje even leuk, maar de meesten herkennen het warme water waarin ze negen maanden zo veilig zaten opgeborgen, en kunnen er intens van genieten.

Afdrogen

Neem je baby terug in vorkgreep vast en leg hem op het verzorgingskussen. Droog hem snel af om afkoeling te vermijden. Begin met het hoofdje en eindig met de stuit. Droog goed in de huidplooiën om irritatie te voorkomen.

Leg dan je baby op een droge handdoek. Als dit nodig is kan je nu je baby inwrijven met een hydraterende crème. Doe daarna zijn hemdje aan en leg de luier open onder de stuit.

Aankleden

Zorg er altijd voor dat je de baby op een droge onderlaag legt, voor je hem begint aan te kleden.

Als de navelstreng verzorgd is, kan je de luier aandoen.

Als de billetjes rood zijn, kan je eventueel een dun laagje luierzalf aanbrengen.

Nadien kan je de baby verder aankleden.

Verzorging van oortjes, neusje, oogjes, haartjes, nageltjes

Oorsmeer heeft een zuiverende functie en verwijdert vuil uit de gehoorgangen. Is de oorschelp vuil, haal dan het zichtbare vuil weg met een vochtig propje watten.

Gebruik nooit wattenstaafjes. Die kunnen het trommelvlies beschadigen en duwen het oorsmeer dieper in het oor. Ook achter de oortjes stapelt zich gemakkelijk wat vuil op. Reinig deze plaats door middel van een propje watten doordrenkt met water en droog na.

De oogjes kan je reinigen met een proper kompres doordrenkt met fysiologisch water. Reinig de oogjes altijd van buiten naar binnen, dus van de zijkant van het oog naar het neusbeen toe.

Soms is het net alsof je baby'tje snuffelt. Waarschijnlijk heeft hij dan een verstopt neusje. Je kan het reinigen door er enkele druppeltjes fysiologisch water in te druppelen (steeds het hoofdje in zijlig en het bovenste neusgaatje in druppelen) of door middel van een opgerold stukje watte dat je met fysiologisch water hebt doordrenkt.

De haartjes kam je met een zacht borsteltje.

De vingernageltjes hoef je niet te knippen de eerste 4 tot 6 weken tenzij ze erg lang zijn en dus knipbaar. De nageltjes zijn nog zeer broos en klein. Bij het knippen kunnen er gemakkelijk wondjes ontstaan.

Navelverzorging



Onmiddellijk na de geboorte, als de papa de navel-streng heeft doorgeknipt, plaatst de vroedvrouw een blauwe navelklem op de navelstomp van je baby. Zij zal dan het navelstompje en het gebied er rond verzorgen.

De volgende dagen, mag je baby gewoon in bad (ook het navelstompje mag zonder problemen ondergedompeld worden).

Zorg ervoor dat je handen steeds zijn gewassen alvorens de navelstreek goed droog te deppen met een propere doek.

Hef de navelstomp op en ontsmet de navelstreek met Hibidil®.

Rond de derde dag na de geboorte zal de vroedvrouw de blauwe navelklem verwijderen en de navelstomp inkorten.

Bij ontslag uit de kraamafdeling moet je de navelstreek niet langer ontsmetten, maar een goede handhygiëne en het goed droog houden van het navelgebied blijven essentieel. Geleidelijk zal de navelstomp zwart worden en uiteindelijk afvallen. Dit kan 3 weken na de geboorte zijn!

Pas dan zal een eventueel uitgestulpt naveltje zich volledig terugtrekken en evolueren in een navel zoals wij die kennen.

Handhygiëne is belangrijk

Was steeds je handen alvorens met de navelverzorging te beginnen om besmetting te voorkomen.

Wees niet bang om de navel van je baby te verzorgen. Omdat er geen zenuwen in de navelstreng zitten, kan je je baby bij de verzorging ervan dus ook geen pijn doen.

Zorg ervoor dat het naveltje altijd goed droog en proper is. Schrik er niet voor terug om het navelstompje op te heffen en ook de navelstreek rond de navel goed droog te deppen.

Als het naveltje blijft bloeden, als hij rood ziet of er een onaangename geur vrijkomt bij het verzorgen van de navelstreng, ontsmet de navel met Hibidil® of ontsmettingsalcohol en verwittig steeds je kinderarts!

Het gewicht

Het is normaal dat je baby de eerste dagen na de geboorte wat gewicht verliest. Baby's hebben voldoende reserve en kunnen tot 10% van hun geboortegewicht verliezen. M.a.w. als je baby 4000g weegt, mag hij 400g afvallen, dus tot 3600g.

Op de materniteit zal de vroedvrouw dagelijks je baby'tje wegen om een gewichtscurve bij te houden.

Thuis is dit dagelijks wegen echter meestal niet meer nodig. Als dit snel na het ontslag nog nodig is, kan je beroep doen op een vroedvrouw die bij jou aan huis komt.

Voor iedere pasgeborene komt binnen de twee weken na de geboorte de regioverpleegkundige van Kind en Gezin op bezoek. Ook zij zal dan de baby wegen. Voor het verder opvolgen van het gewicht en de algemene ontwikkeling van je baby kan je terecht bij de kinderarts of op het consultatiebureau van Kind en Gezin.

Luierwissel

Welke luiers je ook gebruikt, het is belangrijk ze regelmatig te verversen. Het is echter niet nodig je baby hiervoor wakker te maken. Kijk vóór elke voeding of je baby's luier bevuild is en ververs indien nodig.

Maak de billetjes schoon met vochtige doekjes of met water en zeep. Zorg er altijd voor dat de billetjes goed droog zijn alvorens een nieuwe luier aan te doen. Zijn de billetjes rood, dan kan je eventueel een dunne laag luierzalf aanbrengen.

Laat je baby nooit onbewaakt op het verzorgingskussen achter! Zorg ervoor dat alles altijd in handbereik ligt!

Stoelgang en urine

De eerste stoelgang van je baby is groenzwart van kleur, kleverig en taai en wordt meconium genoemd. Het is normaal dat je baby de eerste dagen regelmatig en veel stoelgang maakt.

Na een drietal dagen verandert de stoelgang van kleur (groenachtig bruin, geel), hij wordt minder kleverig, onaangener van geur en vaak ook veel minder gebonden. Dit wordt dan overgangsstoelgang genoemd.

Bij borstvoeding kan het stoelgangpatroon enorm wisselen. Meestal is de stoelgang licht van kleur en veel dunner. Bij baby's die flesvoeding krijgen is de stoelgang vaak wat meer gebonden en wat harder.

Als je merkt dat je baby minder frequent stoelgang maakt en de stoelgang harder is dan normaal, hij een gespannen buikje heeft of voortdurend last heeft van krampjes, kan je eventueel het buikje wat masseren of door een koortsthermometertje in het aarsje te brengen het stoelgangreflex proberen op te wekken. Dit wordt best niet regelmatig gedaan.

Als er geen beterschap is, neem dan contact op met je (kinder)arts. Geef nooit laxeremiddelen zonder het advies van je (kinder)arts.

In de eerste 24 uur na de geboorte moet je baby minstens één keer geplast hebben. De urine kan dan een geconcentreerde gele kleur hebben.

Na enkele dagen getuigen een 6 tot 8-tal natte luiers per dag van een goede voedings- en vochtinname.

Schrik niet als je plots een roze-oranje plek in de luier van je baby ziet. Dit zijn urinezuurkristallen, die worden afgescheiden bij verminderde vochtinname. Dit verdwijnt vanzelf, door je baby wat frequenter te voeden. Het kan ook zijn dat ten gevolge van de inwerking van de hormonen van de moeder er wat vaginaal bloedverlies voorkomt in het pampertje van je dochtertje. Ook dit is volkomen normaal als het gaat om enkele druppeltjes en verdwijnt vanzelf.

Bij slechtruikende urine of bij bloed in de urine moet je steeds de (kinder)arts verwittigen.

Temperatuur

De dag van de geboorte zal de vroedvrouw regelmatig de temperatuur van je baby opnemen. Als de temperatuur te laag is, zal zij je baby proberen op te warmen door middel van een extra kruippakje of door een hotpack tegen het rugje van je baby te plaatsen. Zolang de temperatuur van de baby niet in orde is, gebeurt de temperatuurcontrole meer intensief. Nadien is het niet meer nodig de temperatuur van je baby dagelijks te controleren.

Als je baby warm aanvoelt, lastig is, of zich ongewoon gedraagt, controleer dan zijn/haar temperatuur.

De normale lichaamstemperatuur van een baby bedraagt tussen de 36.5 °C en de 37.5 °C rectaal. 's Avonds kan die temperatuur een halve graad hoger liggen dan 's morgens. Pas wanneer de temperatuur van je baby boven de 38°C stijgt, spreken we van koorts. Soms gebeurt het bij baby's ook dat zij in plaats van temperatuursverhoging, ondertemperatuur hebben (minder dan 36,5°C). Als je baby dus meer dan 38°C of minder dan 36,5°C (bij normale omgevingstemperatuur en voldoende gekleed) heeft wanneer je zijn/haar temperatuur opneemt, dan moet je dringend de (kinder)arts raadplegen.

Hoe neem je het beste de temperatuur van je baby op?

Open de luier, maar laat hem onder de billetjes van je baby liggen omdat de prikkeling door de thermometer tot stoelgang kan leiden. Ontsmet de thermometer, breng het einde ongeveer 1cm in de aarsopening. Hou de beentjes vast, zodat je baby zich niet kan kwetsen.

Als je een digitale thermometer gebruikt, wacht dan zolang tot er een signaal is. Gebruik best geen oorthermometer bij baby's.

Als je baby koorts heeft, zorg dan voor luchtige kledij, dek hem niet te warm toe, zorg ervoor dat je baby niet in de tocht staat of dat hij plots afkoelt. Geef je baby ook extra vocht. Leg hem wat vaker aan als je borstvoeding geeft. Elke jonge baby onder de 2 maand met koorts moet dringend door een arts worden gezien!



• **Wanneer een kinderarts raadplegen?**

- Bij koorts
 - De eerste week controleer je de temperatuur van je baby 1x/dag. Daarna moet je de thermometer niet meer gebruiken, tenzij je denkt dat je baby koorts heeft of hij “zich niet goed voelt”.
 - De normale temperatuur van een pasgeborene bedraagt tussen 36,5 en 37,5°C. Als de temperatuur van je baby tussen 37,5° en 38°C is en hij zich over het algemeen goed voelt, doe dan het dekentje weg en controleer zijn temperatuur een half uur later nog eens.
 - Raadpleeg je arts bij koorts vanaf 38°C of meer voor een baby van minder dan 3 maanden en vanaf 38,5°C of meer voor een zuigeling van meer dan 3 maanden.
 - Geef een geneesmiddel tegen de koorts (koortswerend middel): paracetamol.
- Als de baby
 - een veranderd gedrag vertoont,
 - abnormaal stil of zeer druk of prikkelbaar is,
 - de voeding weigert of overgeeft,
 - veel hoest of permanent een verstopte neus heeft,
 - een moeilijke ademhaling heeft en kreunt,

- bleek of blauw wordt, het bewustzijn verliest bij het wenen,
- een onregelmatige ademhaling met pauzes vertoont bij het slapen,
- gevallen is.

Wandelen

- Wandelen in een kinderwagen - en niet in een Maxi-Cosi - is enkel aanbevolen bij droog weer.
- In de winter doe je korte wandelingen op de warmste uren van de dag.
- Zorg ervoor dat je baby goed is toegedekt, naargelang de buitentemperatuur.
- In de zomer moet je te hoge temperaturen vermijden.
- Bescherm je baby tegen de zon met een kleine parasol in plaats van met de kap van de draagwieg.
- Pas op voor tocht.

Veiligheid in de auto

- Let erop dat je je kind steeds goed vastmaakt in de auto in een stoeltje dat aangepast is aan zijn leeftijd. ('Maxi-Cosi' voor korte ritten). Zorg dat de auto niet onverwarmd of te warm is.
- Geef extra drinken gedurende lange reizen.
- Laat je kind nooit alleen achter in de auto.

Veiligheid thuis

- Thuis moet je er aan denken om alle gevaarlijke producten buiten het bereik van kinderen te houden (geneesmiddelen, onderhoudsproducten, cosmetica, enz.).
- Let op een goede verbranding in kachels en waterverwarmers en laat zo nodig deze apparaten controleren.
- Rook niet in huis.

Tot slot

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, kan u contact opnemen met uw gynaecoloog, kinderarts of vroedvrouw van de materniteit.

Nuttige telefoonnummers:

Materniteit / Postnatale zorg: 09/387 72 50

Secretariaat gynaecologie: 09/387 70 38

Antigifcentrum: 070/245 245



AZ Sint-
Vincentius
DEINZE