

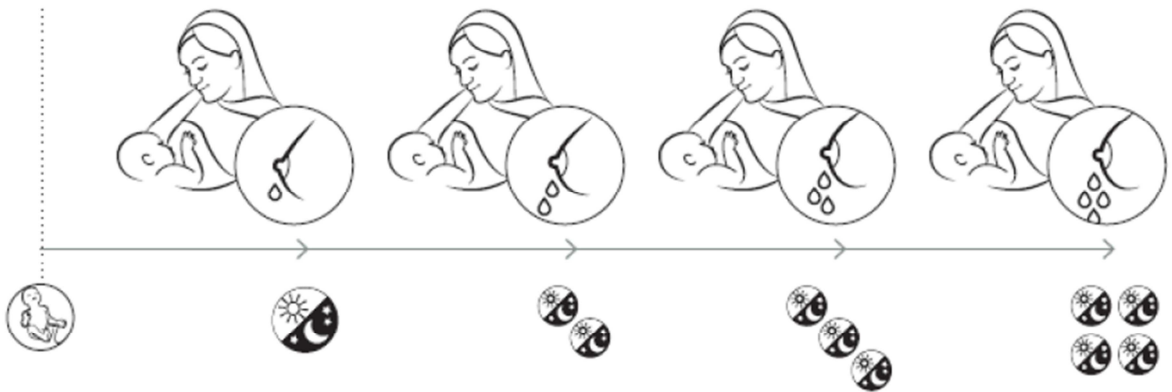


www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



1

Geef je baby in het eerste uur na de geboorte de kans om aan de borst te gaan.
Indien mogelijk blijft de baby huid-op-huid bij de moeder.



2

Gedurende de eerste dagen krijgt de baby het waardevolle colostrum, de eerste melk. De hoeveelheid is klein, juist wat de baby nodig heeft voor zijn eerste immunisatie. Vanaf dag 3 a 4 wordt er meestal meer melk geproduceerd, wat je kan voelen door extra spanning in je borsten. Dit heet stuwning.



3

Frequente voedingen, ook ,s nachts, garanderen een adequate melkproductie.



www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



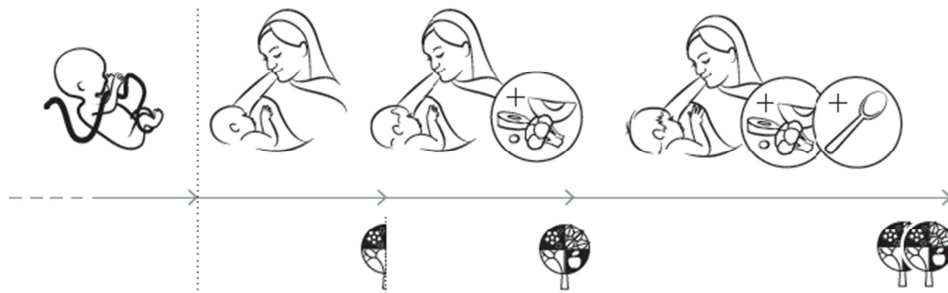


www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



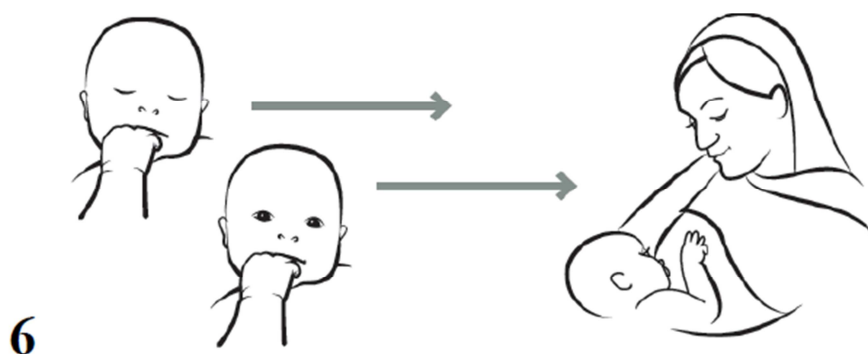
4

Melkproductie hangt af van de vraag van het kind. In de eerste dagen extra voedsel, vloeistoffen of fopspenen kan deze feedback loop verstoren.



5

Borstvoeding is een natuurlijke stap na de zwangerschap. De WHO adviseert exclusief borstvoeding gedurende de eerste 6 maanden en daarna in combinatie met ander voedsel zolang als moeder en baby willen tot tenminste 2 jaar.



6

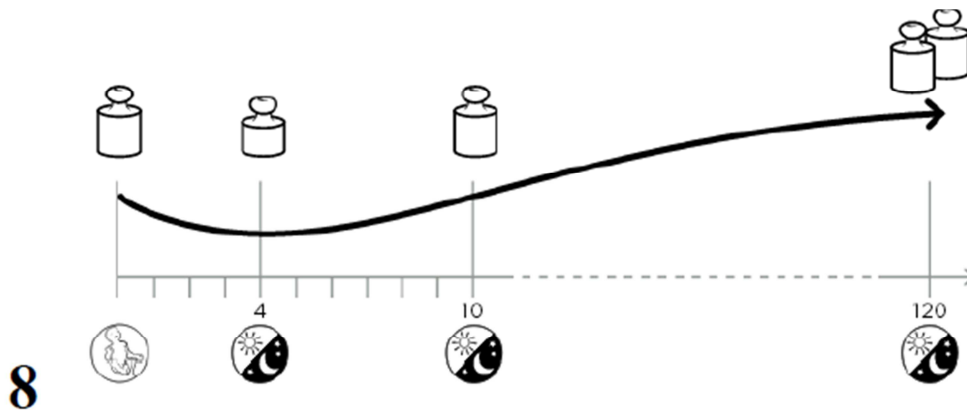
Baby's geven signalen af wanneer ze gevoed willen worden, ook terwijl zij slapen. Ze worden dan rusteloos, draaien met het hoofd maken zuiggeluiden en –bewegingen, doen hun mond open, bewegen hun handje naar hun mond en maken geluidjes. Huilen is een laat hongersignaal.



www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



Als je je baby aanlegt, le top het wijdopen mondje zodat de baby zoveel mogelijk borstweefsel neemt.



In de eerste dagen vallen de meeste baby's af. Als je baby genoeg binnekrijgt zal hij met een dag of 10 op geboortegewicht terug zijn. Met 4 maanden hebben de meeste baby's hun gewicht verdubbeld.

Nederlands

