

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Uw kind thuis en dan ...?



**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



Binnenkort gaat (gaan) uw kind(eren) mee naar huis. Om u een helpende hand te bieden in de nieuwe situatie thuis, wil het Maastricht Ziekenhuis u met deze brochure een aantal tips geven.

### **Vervoer van uw kind**

Als uw kind met ontslag gaat vanaf de afdeling, dient u uw kind te allen tijde te vervoeren in een maxi-cosi, ook als u naar het Geboortehotel gaat. De afdeling is verantwoordelijk dat uw kind op een veilige manier het ziekenhuis verlaat.

### **Borstvoeding**

Als uw kind voldoende borstvoeding drinkt is het niet nodig voor elke voeding uw kind te wegen. Als uw kind na de voeding tevreden is en per dag een aantal (6 tot 8) natte luiers heeft, dan drinkt het genoeg.

Als uw kind nog niet voldoende uit de borst drinkt, is het raadzaam om een weegschaal voor thuis te huren. Zo kunt u zien of uw kind voldoende drinkt of juist nog bijgevoed moet worden.

Als u borstvoeding geeft begint u 1 week na de geboorte van uw kind dagelijks extra vitamine K en D te geven. Dit is verkrijgbaar bij de apotheek of drogisterij, u heeft hiervoor geen recept nodig.

Vitamine K druppels spelen een belangrijke rol bij de bloedstolling. Het lichaam maakt in de darmen zelf vitamine K aan, maar bij pasgeborene is dit nog niet voldoende. Daarnaast bevat borstvoeding niet voldoende vitamine K. Vitamine K geeft u alleen de eerste drie maanden na de geboorte. Indien uw kind voor 35 weken zwangerschap geboren is, krijgt hij/zij vanaf 35 weken nog 3 maanden (12 weken) vitamine K druppels.

Vitamine D druppels zijn belangrijk om het calcium uit de voeding goed op te nemen in het lichaam, dit zorgt voor een goede ontwikkeling van stevige botten en gebit. Vitamine D wordt deels door het lichaam aangemaakt in de huid onder invloed van zonlicht. Vitamine D geeft u totdat uw kind 4 jaar oud is.

De verpleegkundige vertelt u hoeveel druppels u van ieder moet geven aan uw kind. U kunt de druppels op een theelepeltje druppelen en dan in het mondje aanbieden.

Indien u twijfelt of uw kind wel voldoende groeit, dan kunt u bij het consultatiebureau uw kind gaan wegen.

### **Flesvoeding**

U heeft vanuit het ziekenhuis of het consultatiebureau een advies over de soort voeding mee gekregen. Er zijn diverse merken flesvoeding te koop. Op de verpakking staat precies omschreven hoe de voeding klaar gemaakt moet worden.

De mogelijkheid bestaat dat uw kind harde ontlasting kan krijgen van de flesvoeding. Het advies is dan ook iets meer water per voeding te gebruiken, mits uw kind goed drinkt. In andere gevallen kunt u altijd contact opnemen met het consultatiebureau.

U moet zeker niet gaan experimenteren met andere voedingen. Het consultatiebureau heeft naast een telefonisch spreekuur, soms ook een inloopspreekuur, waar u met al uw vragen terecht kunt.

Uw kind kan lucht meehappen tijdens het drinken, hierdoor moet uw kind soms tussendoor een boertje laten om plaats te maken voor de rest van de voeding.

Ook aan het eind van de fles is het belangrijk om uw kind een boertje te laten, zodat er zo min mogelijk lucht achter blijft in de buik, wat buikkrampjes kan veroorzaken.

## Richtlijnen voor de voedingstijden

### *Bij 7 voedingen*

04.00 – 05.00 uur  
08.00 uur  
11.00 uur  
14.00 uur  
17.00 uur  
20.00 uur  
24.00 – 01.00 uur

### *Bij 8 voedingen*

02.00 uur  
05.00 uur  
08.00 uur  
11.00 uur  
14.00 uur  
17.00 uur  
20.00 uur  
23.00 uur

Deze tijden gebruiken wij in het ziekenhuis, maar u kunt thuis de tijden aanpassen als u dat prettiger vindt voor uzelf of als uw kind dat aangeeft. Als u gaat voeden moet u de voeding controleren op de juiste temperatuur (controleer de voeding door een paar druppeltjes op de binnenkant van uw pols te druppelen)

## **Plassen en ontlasting**

Het is normaal dat een kind 6 tot 8 natte luiers op een dag heeft. De ontlasting wisselt nogal. Dit heeft te maken met het feit of u borstvoeding geeft. Soms is er na elke borstvoeding ontlasting of soms enkele dagen niet. Kinderen die de fles krijgen, hebben meestal dagelijks ontlasting.

## **Haarverzorging**

Haren wassen met shampoo is niet vaker nodig dan tweemaal per week.

## **Navelverzorging**

Het navelstompje behoeft geen extra verzorging. Soms begint het navelstompje wat te ruiken, een teken dat het er bijna af gaat vallen. U kunt dan tijdens de luierswissel het navelstompje deppen met alcohol 70%.

## Baden

Het baden van uw kind kunt u het beste vóór de voeding doen, dit kan spugen voorkomen. De temperatuur van het badwater moet ongeveer 37–38°C zijn. Dit kunt u meten met een badthermometer. Voel ook altijd nog even na met uw elleboog of het water lekker aanvoelt, omdat de thermometer kapot kan zijn.

Het vertrek waar u uw kind gaat baden, moet een behaaglijke temperatuur hebben en u moet de ramen tijdens het baden gesloten houden. Belangrijk is dat u alle benodigdheden van te voren klaar legt, zodat u tussendoor uw kind niet alleen hoeft te laten.

## Temperatuur

In verband met de hoge temperatuur in het ziekenhuis vragen veel ouders zich af of hun kind het thuis niet te koud krijgt. Bij koude nachten of ondertemperatuur kunt u een kruik geven. Leg deze altijd in een kruikenzak tussen twee dekentjes met de dop naar beneden en een handbreedte van uw kind af. Maar het is ook belangrijk dat uw kind het niet te warm krijgt.

Het is dan ook belangrijk om in het begin de temperatuur van uw kind in de gaten te houden. Dit om een indruk te krijgen wat uw kind nodig heeft. U kunt uw kind de eerste dagen na ontslag 2x per dag meten. Bij een afwijkende temperatuur kunt u dit zo nodig bij de volgende luierswissel herhalen.

De normale temperatuur voor uw kind ligt tussen de 36-37,5°C. Een temperatuur onder de 36°C noemen we 'ondertemperatuur'. Is uw kind warmer dan 38°C, dan is er sprake van koorts. In de tabel hieronder zie je welke betekenis de lichaamstemperatuur van uw kind heeft en wat je kan doen bij een afwijkende temperatuur.

<b>Temperatuur baby</b>	<b>Wat betekent dit?</b>	<b>Wat moet ik doen?</b>
<36°C	Onder-temperatuur	Bel de verloskundige of huisarts, houd uw kind zo goed mogelijk warm.
36-36,5°C	Lage temperatuur	Meet opnieuw, kleed uw kind warmer aan en meet een tijdje later nog eens.
36,5-37,5°C	Normale temperatuur	Niks, uw kind heeft een goede lichaamstemperatuur.
37,5-38°C	Verhoging	Kleed uw kind minder warm aan en meet na een tijdje nieuw.
>38°C	Koorts	Bel de verloskundige of huisarts, zorg dat uw kind zijn warmte kwijt kan.

## Slapen

Laat uw kind alleen in zijn eigen bedje slapen. Ook voor tweelingen geldt dat ze beiden in hun eigen bedje moeten slapen.

Maak het bedje kort op zodat uw kind met de voetjes tegen het voeteneind ligt en de deken en het lakentje tot aan de schouders reikt. Leg uw kind altijd op de rug, dit is de meest veilige houding om te slapen. Het is hierbij wel belangrijk om het hoofdje bij iedere slaapbeurt naar links en rechts af te wisselen om een voorkeurshouding en een afplatting van de schedel te voorkomen.

Thuis mag u in het bedje geen gebruik maken van een dekbed, hoofdbeschermer, zeiltje, kussen, rolletjes of positioneringskussen. Tevens wordt er afgeraden om knuffels en/of speelgoed in bed te plaatsen.

Voor de rust en de regelmaat is het niet verstandig uw kind steeds wakker te maken om aan bezoek te tonen, dit kan leiden tot slaapproblemen.

### **Roken**

Wij willen u erop wijzen dat roken in de buurt van een kind wordt afgeraden. Het lichaam van een kind is nog in ontwikkeling. Ze ademen sneller dan volwassenen, hierdoor komen er meer schadelijke stoffen van rook in hun lichaam.

Uit onderzoeken is gebleken dat kinderen ziek kunnen worden van meeroken, ze hebben meer kans op oortontstekingen, luchtweginfecties, rode/prikkelende ogen en wiegendood. Soms krijgt een kind niet meteen klachten, maar kan dit op latere leeftijd zich uiten.

### **Naar buiten**

Om de overgang van het ziekenhuis naar huis rustig te laten verlopen, is het raadzaam om de eerste dag niet direct met uw kind naar buiten te gaan. Afhankelijk van de weersomstandigheden kunt u na enkele dagen naar buiten. U kleedt uw kind hetzelfde aan als u zelf. Wanneer uw kind erg klein is, kunt u het iets dikker aankleden en een mutsje opdoen. Bij koud weer kunt u de kinderwagen voorverwarmen met een kruik.

### **Huilen/gedrag**

Elk kind huilt wel eens. Kinderen laten elke vorm van ongenoegen merken in de vorm van huilen. Ze hebben hier immers geen andere manier voor. Wanneer kinderen vanaf de geboorte in het ziekenhuis hebben gelegen, en met name te vroeg geboren kinderen, dan kunnen ze erg beweeglijk en rusteloos zijn. Soms huilen ze veel. Daarbij is het vaak moeilijk te begrijpen wat een kind wil; eten, slapen, knuffelen, een schone luier of gewoon even huilen. Lichamelijk zijn ze misschien net zo ver als andere pasgeborenen maar ze hebben al veel meer levenservaring.

Als uw kind erg veel huilt, kan u dat een machteloos gevoel geven. Neem dan contact op met uw huisarts of het consultatiebureau. Zij hebben misschien adviezen, waar u wat aan heeft. Probeer ook tijd voor uzelf te maken door af en toe een oppas te regelen, want als u ontspannen bent, heeft dat ook een positieve invloed op uw baby. Zo'n uitje is dus goed voor beiden.

### Controle en afspraken

Een paar dagen na ontslag belt een verpleegkundige van de afdeling u op en vraagt hoe het gaat met uw kind. Afhankelijk van de reden van opname is het mogelijk dat u voor controle bij de kinderarts terug moet komen.



dr. M.G.A. Baartmans  
Kinderarts/Neonatoloog



H.G. Stas  
Kinderarts/Neonatoloog



D.D.L. Bezemer  
Kinderarts



J.M. Boes  
Kinderarts



dr. A.E.  
Brandsma  
Kinderarts



dr. R. del Canho  
Kinderarts





F.L.G.R. Gerzon  
Kinderarts



dr. M.  
Groeneweg  
Kinderarts



J.C.A. de Klerk  
Kinderarts



F.J. Smit  
Kinderarts



dr. X.W. van den  
Tweel  
Kinderarts



M.H. Vergeer  
Kinderarts



dr. J.J.  
Verhoeven  
Kinderarts



R. Willemsen  
Verpleegkundig  
specialist

De eerste controle bij de kinderarts, arts-assistent of verpleegkundig specialist vindt meestal na een paar weken plaats. Als uw kind prematuur geboren is, dan is de kinderfysiotherapeut ook aanwezig, deze kijkt naar de motorische ontwikkeling van uw kind. Neem een omslagdoek mee naar de polikliniek, zodat u uw kindje kunt warmhouden als u even moet wachten.

### **Bloedprikken**

Als uw kind voor de volgende afspraak op de polikliniek eerst bloed moet laten prikken, is het raadzaam om dit minstens 1 uur voor deze afspraak te doen. Dan zijn namelijk de uitslagen bekend als u de desbetreffende arts spreekt.

## **Wijkverpleegkundige**

Via uw gemeente krijgt de wijkverpleegkundige bericht dat uw kind geboren is. Zij komt dan binnen afzienbare tijd thuis bij u langs. U kunt natuurlijk ook zelf contact opnemen met de wijkverpleegkundige en een afspraak maken op het moment dat uw kind thuis komt.

## **Thuiszorg**

Indien u zich tijdens uw zwangerschap heeft laten inschrijven voor kraamhulp, heeft u tijdens en na de bevalling recht op 8 à 9 dagen kraamhulp. Bij een verblijf van meerdere dagen in het ziekenhuis worden deze dagen van het totaal aantal dagen afgetrokken.

Wanneer uw kind tenminste 8 dagen in de couveuse van het ziekenhuis heeft gelegen, kunt u uitgestelde kraamzorg aanvragen. De mogelijkheden hiervoor verschillen per ziektekostenverzekeraar. Er wordt dan zorg geboden door een speciaal opgeleide kraamverzorgende. Zij geeft u praktische adviezen en kan u terzijde staan bij het oplossen van specifieke problemen die kunnen ontstaan na de thuiskomst van couveusekinderen.

## **Website**

Meer informatie over onder andere aandoeningen, onderzoeken en behandelingen vindt u op [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl).

Op onze kinderwebsite [www.maasenik.nl](http://www.maasenik.nl) wordt op leeftijdscategorie door middel van foto's en filmpjes uitgelegd hoe het in het Maasstad Ziekenhuis gaat.

## **Tot slot**

Wij hopen dat deze informatie u op weg kan helpen. Het is belangrijk dat u ook op uw eigen intuïtie afgaat. Mocht u echter nog vragen hebben dan kun u altijd naar de afdeling Neonatologie bellen via (010) 291 30 53.

Als u vermoedt dat uw kind ziek wordt/is, neemt uw contact op met uw eigen huisarts.

**Verdere informatie**

Misschien wilt u meer weten over te vroeg geboren kinderen of andere onderwerpen. Bij de volgende adressen kunt u informatie verkrijgen.

*Vereniging van Ouders van Couveusekinderen (VOC)*

Postbus 1024, 2260 BA Leidschendam

T: (070) 386 25 35

I: [www.couveuseouders.nl](http://www.couveuseouders.nl)

[www.wiegendood.nl](http://www.wiegendood.nl)

[www.veiligslapen.info](http://www.veiligslapen.info)

[www.veiligheid.nl/kinderveiligheid](http://www.veiligheid.nl/kinderveiligheid)

*Nederlandse Vereniging voor Ouders van Meerlingen*

Postbus 14, 1300 AA Almere

T: (036) 531 80 54

I: [www.nvom.nl](http://www.nvom.nl)

*Vereniging Borstvoeding Natuurlijk*

Postbus 119, 3960 BC Wijk bij Duurstede

T: (0343) 57 66 26

I: [www.borstvoedingnatuurlijk.nl](http://www.borstvoedingnatuurlijk.nl)

*Borstvoedingorganisatie La Leche League*

Postbus 212, 4300 AE Zierikzee

T: (0111) 41 31 89

I: [www.lalecheleague.nl](http://www.lalecheleague.nl)



De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية،  
إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بحضور شخص ما، الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه  
أو بشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis

Maasstadweg 21

3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl) / [www.maasnik.nl](http://www.maasnik.nl) (kinderwebsite)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl/mijn](http://www.maasstadziekenhuis.nl/mijn) (patiëntenportaal)

