

PATIËNTEN INFORMATIE

Uw kind thuis en dan ...?



**MAASSTAD
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



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

Vervoer van uw kind

Als uw kind naar huis mag vanaf de afdeling Neonatologie, moet u uw kind altijd 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 verstandig 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 kunt u kopen 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 3 maanden na de geboorte. Als 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 of u kunt de druppels in de speen van een fles druppelen en de fles met de speen aanbieden voordat u de rest van de voeding geeft. U oefent dit voor dat u naar huis gaat met de verpleegkundige.

Als 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 voedings. Het consultatiebureau heeft naast een telefonisch spreekuur, soms ook een inloopsprekkuur, 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 of 03.00 uur

05.00 uur of 06.00 uur

08.00 uur of 09.00 uur

11.00 uur of 12.00 uur

14.00 uur of 15.00 uur

17.00 uur of 18.00 uur

20.00 uur of 21.00 uur

23.00 uur of 24.00 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 of kunstvoeding geeft. Soms is er na elke borstvoeding ontlasting of soms enkele dagen niet. Kinderen die de kunstvoeding krijgen, hebben meestal iedere dag ontlasting.

Haarverzorging

Haren wassen met shampoo is niet vaker nodig dan 2 keer 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.

De kamer waar u uw kind in bad doet, moet een behaaglijke temperatuur hebben en u moet de ramen tijdens het baden gesloten houden. Belangrijk is dat u alle benodigdheden van tevoren 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 2 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 2 tot 4 keer per dag meten. Bij een afwijkende temperatuur kunt u dit als het nodig is bij de volgende luiervissel herhalen.

De normale temperatuur voor uw kind ligt tussen de 36,7-37,3°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.

Temperatuur baby	Wat betekent dit?	Wat moet ik doen?
<36°C	Onder-temperatuur	Bel de verloskundige of huisarts, houd uw kind zo goed mogelijk warm.
36-36,6°C	Lage temperatuur	Kleed uw kind warmer aan of geef een kruik in bed en meet een tijdje later nog eens.
36,7-37,3°C	Normale temperatuur	Niks, uw kind heeft een goede lichaamstemperatuur.
37,4-38°C	Verhoging	Kleed uw kind minder warm aan of haal de kruik weg en meet na een tijdje opnieuw.
>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 verstandig 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 nadat u thuis bent, 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



J.C.A. de Klerk
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

 <p>F.L.G.R. Gerzon Kinderarts</p>	 <p>dr. M. Groeneweg Kinderarts</p>	 <p>F.J. Smit Kinderarts</p>	 <p>dr. X.W. van den Tweel Kinderarts</p>
 <p>M.H. Vergeer Kinderarts</p>	 <p>dr. J.J. Verhoeven Kinderarts</p>	 <p>M. van den Beukel Kinderarts</p>	 <p>M. Zijlstra Kinderarts</p>
 <p>R. Willemsen Verpleegkundig specialist</p>			

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 verstandig 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 binnenkort 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

Als 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 minimaal 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 helpen bij het oplossen van specifieke problemen die kunnen ontstaan na de thuiskomst van couveusekinderen.

Het kan zijn dat uw kind met sondevoeding en/of extra zuurstof(neusbril) naar huis gaat. In dat geval wordt kinderthuiszorg aangevraagd om bijvoorbeeld te helpen met een nieuwe maagsonde in te brengen, dit aanvragen wordt door het ziekenhuis geregeld.

Website

Wilt u meer informatie over bijvoorbeeld: een afdeling, een aandoening, een onderzoek of een behandeling, ga dan naar www.maasstadziekenhuis.nl.

Op onze kinderwebsite www.maasnik.nl kunt u op leeftijdscategorie informatie vinden over hoe een bezoek aan het Maasstad Ziekenhuis er uitziet.

Tot slot

Wij hopen dat deze informatie u op weg kan helpen. Het is belangrijk dat u ook op uw eigen gevoel afgaat. Heeft u nog vragen dan kunt 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

www.wiegendood.nl

www.veiligslapen.info

www.veiligheid.nl/kinderveiligheid

Nederlandse Vereniging voor Ouders van Meerlingen

Postbus 14, 1300 AA Almere

T: (036) 531 80 54

I: www.nvom.nl

Vereniging Borstvoeding Natuurlijk

Postbus 119, 3960 BC Wijk bij Duurstede

T: (0343) 57 66 26

I: www.borstvoedingnatuurlijk.nl

Borstvoedingorganisatie La Leche League

Postbus 212, 4300 AE Zierikzee

T: (0111) 41 31 89

I: 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 / www.maasnik.nl (kinderwebsite)

I: www.maasstadziekenhuis.nl/mijn (patiëntenportaal)

