

# Ontslag van de afdeling neonatologie

## Informatie voor ouders

Van de arts en de verpleegkundige heeft u gehoord dat uw kind naar huis mag. In deze folder vindt u informatie over voeding, medicijnen en andere adviezen voor thuis. De ontslaggegevens van uw kind krijgt u uitgeprint mee bij ontslag.

### Voeding

Hieronder leest u informatie over borst- en flesvoeding.

#### Borstvoeding

Bij ontslag uit het ziekenhuis krijgt uw baby waarschijnlijk borstvoeding, moedermelk per fles en mogelijk ook voeding per sonde. Van de verpleegkundige heeft u informatie gekregen over hoe vaak u thuis de baby kunt aanleggen en hoeveel en hoe vaak u bijvoeding gaat geven per fles of sonde. Ga hier net na ontslag nog even thuis zo mee verder.

Na de beginperiode thuis overlegt u met de nazorgverpleegkundige, kinderarts (-assistent) of lactatiekundige:

- hoe u daarna de hoeveelheid voeding gaat aanpassen en
- de voeding per fles/sonde kunt verminderen en
- de borstvoeding kunt verhogen

Na de periode van controles in het ziekenhuis begeleidt de wijkverpleegkundige van het consultatiebureau dit en spreekt met u af hoeveel voeding uw kind moet krijgen.

Het is daarbij belangrijk dat uw kind voldoende voeding per 24 uur krijgt. Bij voldoende voeding heeft uw kind:

- minimaal 6 natte luiers per 24 uur
- 2 poepluiers per 24 uur. Dit geldt alleen voor de eerste 6 weken, hierna mag het minder vaak zijn
- is uw kind alert en tevreden

Als u twijfelt of uw kind voldoende aankomt in gewicht, kunt u uw kind laten wegen tijdens het inloopsprekuren van het consultatiebureau.

#### Lactatiekundigen

In het ziekenhuis heeft u waarschijnlijk al contact gehad met de lactatiekundigen. Zij bieden zorg aan u en uw kind bij opname in het ziekenhuis. In sommige situaties bieden zij ook nog zorg na ontslag. Dit is dan bij u ook bekend.

Mocht u thuis nog zorg van een lactatiekundige nodig hebben, dan kunt u een zelfstandige werkende lactatiekundige inschakelen. U kunt een lactatiekundige vinden via de website [NVL / Zeker over borstvoeding](#)

## Flesvoeding

Informatie over het klaarmaken van een fles kunstvoeding vindt u in de folder [Flesvoeding](#). Hierin staat ook hoe u de fles schoonmaakt.

### Advies van de voeding van uw kind

Welke voeding:.....

Aantal voeding per 24 uur: .....

Hoeveelheid ml per voeding: .....

### Flesvoeding in de praktijk

Waarschijnlijk heeft u tijdens de opname in het ziekenhuis al een fles aangeschaft of informatie hierover gekregen. Deze fles kunt u na ontslag uit het ziekenhuis ook blijven gebruiken. Let daarbij goed op dat u de fles met speen gebruikt die zorgt voor de juiste stroom melk. Een voeding duurt gemiddeld 15 tot 20 minuten, maar nooit langer dan 30 minuten. Zie ook de folder [Early feeding skills](#) en de hiervoor genoemde folder Flesvoeding.

### BMF / Nenatal

Op basis van gewicht en leeftijd van uw kind is het soms noodzakelijk om het kind aanvullingen te geven in de moedermelk of speciale kunstvoeding te gebruiken.

- breast milk fortifier (BMF): voedingsstoffen die aan de moedermelk van prematuur en/of dysmatuur geboren kinderen worden toegevoegd. Gebruik 1 afgestreken schepje BMF op 25 ml moedermelk
- Nenatal: een volledige kunstvoeding voor pre- en dysmaturen.

Als uw kind na ontslag nog BMF en/of Nenatal voeding nodig heeft, bestelt afdeling diëtetiek de voeding via een facilitair bedrijf. U krijgt de voeding per pakketpost thuisgestuurd. Deze toevoegingen en prematurenvoeding worden door uw zorgverzekering volledig vergoed. Heeft u thuis nieuwe voeding nodig, dan kunt u het facilitair bedrijf bellen. Uw bestelling wordt dan de volgende dag geleverd. Informatie en contactgegevens over het facilitaire bedrijf treft u aan in de eerste levering. De diëtist verlengt de machtiging voor de dieetkostenvergoeding op verzoek van de arts zo nodig en op tijd.

## Ontlasting

De ontlasting van een pasgeboren kind is de eerste dagen zwart (meconium, zwarte ontlasting). De kleur en dichtheid (consistentie) van de ontlasting gaan veranderen als:

- de melkproductie meer op gang is en
- het kind alleen maar borstvoeding/moedermelk drinkt

### Kind dat moedermelk krijgt

De ontlasting wordt vaak geel, mosterdachtig van kleur. Vaak is het smeuiġ, maar soms ook waterig met vlokjes of klontjes. Meestal poept een kind meerdere keren per dag en dit kan variëren in hoeveelheid. Na de eerste 6 weken kan het meerdere keren per dag zijn of verminderen tot één keer in de week.

## Kind dat kunstvoeding krijgt

Ontlasting van baby's die kunstvoeding krijgen ziet er anders uit dan bij borstvoeding. De ontlasting is meestal steviger van textuur (lijkt op tandpasta). De kleur is lichtgeel of bruingeel en de geur is sterker. Een kind dat kunstvoeding krijgt heeft wat meer kans op obstipatie. Zolang het kind geen klachten heeft, goed groeit en de ontlasting zonder pijn geloosd wordt is er niets aan de hand. Er is ook geen richtlijn over hoe vaak een kind ontlasting moet hebben. Dit kan per kind verschillend zijn. Het kan 1-3 x per dag zijn, maar ook om de 1 tot 3 dagen.

## Buidelen (huid-op-huidcontact)

Tijdens de opname heeft u dagelijks gebuideld met uw kind. Het is fijn en goed om hiermee thuis dagelijks door te gaan. Buidelen is belangrijk voor de hersenontwikkeling van uw kind en de binding tussen u en uw kind. Ook vermindert het stress en bevordert het de melkproductie als u borstvoeding geeft.

## Baden

Het is niet nodig om uw kind dagelijks in bad te doen of om elke dag de haren te wassen. Even wassen met een washandje is ook prima. U kunt badolie of babyzeep gebruiken, maar dit is niet per sé nodig. Gebruikt u shampoo, kies dan voor speciale babyshampoo, omdat deze niet in de ogen prikt. Sommige kinderen slapen beter als ze 's avonds in bad gaan. Wel belangrijk is om tijdens het in bad doen of het wassen gezellig te praten tegen uw kind of ondertussen een liedje te zingen. Dit is belangrijk voor het contact en het opbouwen van een goede band met uw kind.

## Rust voor uw baby

Zie de folder [Rust voor uw baby](#)

## Medicijnen

Uw kind krijgt de volgende medicijnen:

Naam	Hoeveelheid	Tijden	Toedieningswijze

## Extra vitaminen

### Vitamine K

Alle baby's die borstvoeding krijgen, krijgen vanaf de 8ste levensdag vitamine K, ook als ze BMF krijgen. Vitamine K geeft u de eerste 3 maanden na de geboorte van uw kind. Wanneer u naast borstvoeding ook kunstvoeding geeft, krijgt uw kind alleen vitamine K als het minder dan 500 ml kunstvoeding per 24 uur krijgt.

Kinderen die alleen kunstvoeding krijgen hoeven geen vitamine K.

Vitamine K is zonder recept te verkrijgen bij apotheek en drogist. Lees voor de juiste dosering de bijsluiter. Vitamine K geeft u met een lepeltje in het mondje van uw kind of druppelt het in de speen van de zuigfles.

## Vitamine D

Vitamine D wordt gegeven aan alle kinderen vanaf de 8ste levensdag t/m 3 jaar. Het is zonder recept te krijgen bij apotheek en drogist. De dosering staat in de bijsluiters van de vitamine D. U geeft de vitamine D per lepeltje in het mondje van uw kind of druppelt het in de speen van de zuigfles.

## Temperatuur

De slaapkamer van uw kind is tussen de 18-20 graden Celsius goed op temperatuur. Vanwege het wennen aan de temperatuur bij u thuis, adviseren wij u uw kind de eerste 2 dagen 2 x daags te temperen:

- tussen de 36,6 en 37,4 graden is goed
- bij een temperatuur van 37,5 of hoger is het raadzaam uw kind wat minder warm te kleden of een dekentje weg te doen
- bij een temperatuur van 36,5 of lager is het prettig uw kind te verwarmen door een mutsje op te doen of een extra dekentje te geven

U kunt het bedje voorverwarmen met kruiken. Leg geen heetwaterkruiken bij uw kindje! Met buidelen (huid-op-huidcontact) kunt u de baby ook opwarmen.

U kunt ook aan het nekje voelen of uw kind het koud heeft. Een kind wat koorts heeft kan ook koude handjes en voetjes hebben, dus is dit altijd reden om te temperen. Een transpirerende baby heeft het te warm! Als u uw kind uit bed haalt, gebruik dan een omslagdoek om temperatuurschommelingen te voorkomen.

## (Voorkeurs)houding

Voor thuis wordt rugligging geadviseerd. Sommige kinderen hebben een voorkeur voor het liggen met hun hoofd naar een bepaalde kant. Hierdoor kan een voorkeurshouding ontstaan.

### Wat is een voorkeurshouding?

Een voorkeurshouding is die situatie, waarin de zuigeling spontaan gedurende driekwart van de tijd met het hoofd naar een bepaalde kant kijkt of gedraaid ligt. Voor het kind is het volgen met de ogen en 180° draaien met het hoofd niet mogelijk.

### Gevolgen

Een voorkeurshouding kan tot gevolg hebben dat uw kind een asymmetrische lichaamshouding (zuigelingenscoliose) of schedelasymmetrie krijgt. Zie de folder [Voorkeurshoudingen](#)

### Advies

Het is belangrijk dat u er tijdens het slapen van uw kind op let naar welke kant het hoofdje gedraaid ligt. U kunt als geheugensteun een speeltje afwisselend links en rechts zetten. Als uw baby wakker is, kunt u wisselen van houding: op de buik, zit op schoot, zit in een wippertje, zijligging op links en op rechts en in verschillende houdingen met uw kind spelen. Daardoor stimuleert u de motorische ontwikkeling en voorkomt u de voorkeurshouding. Leg uw kind nooit op de buik te slapen!

Wanneer het wisselen van houding niet verbetert en de voorkeurshouding bij een leeftijd van 4 weken tot 3 maanden steeds terugkeert, is het belangrijk dat u dit meldt bij de consultatiebureau-arts of uw huisarts. Deze kan uw kind dan verwijzen naar een kinderfysiotherapeut.

Voor meer informatie hierover zie diverse sites op internet zoals [veiligslapen.info](http://veiligslapen.info)

### **Naar buiten**

Uw kind mag na het ontslag direct mee naar buiten. Wij adviseren u toch uw kind de eerste dagen in huis rustig te laten wennen. Afhankelijk van de buitentemperatuur doet u uw kind een mutsje op, een jasje aan en geeft het een extra dekentje.

### **Vervoeren in auto**

Om de veiligheid van uw kind te waarborgen, adviseren wij u om uw kind in de auto in een speciaal babyautostoeltje (maxi-cosi) te vervoeren. Vervoer een kind nooit los in de auto zoals op schoot of in een reiswieg. Meer informatie: Consument en veiligheid [veiligheid.nl](http://veiligheid.nl)

### **Roken**

Roken, tijdens de zwangerschap en erna, is slecht voor moeder en kind. Een huis waar niet gerookt wordt is het beste voor de baby. Wie echt niet kan stoppen, kan het risico wel iets beperken door zo min mogelijk te roken. Rook in ieder geval nooit in huis. Laat in andere omstandigheden de baby ook nooit meer roken. Denk aan de auto. In een ruimte en aan je kleding kan rook wel 8 uur blijven hangen. Trek andere kleding aan als je na het roken naar je baby gaat. Lucht (ook wanneer u nooit rookt) regelmatig de kamer waar de baby slaapt.

### **Bezoek**

Vraag mensen met bijvoorbeeld een koortslip of verkoudheid om een andere keer op bezoek te komen.

### **Nazorg na het ontslag**

#### **Wijkverpleegkundige**

U neemt zelf contact op met de wijkverpleegkundige als uw kind met ontslag gaat. Zij komt op korte termijn bij u langs. Er wordt een intakegesprek gedaan. Ook wordt u uitgenodigd voor een vervolgspraak op het consultatiebureau. De wijkverpleegkundige neemt ook de gehoortest af. Ze begeleidt u verder bij de verzorging en de zorg rondom uw kind. Met vragen over bijvoorbeeld de voeding, spugen en huilgedrag kunt u bij haar terecht.

#### **Controle bij de kinderarts**

Wanneer uw kind bij de kinderarts op controle komt, krijgt u hiervoor een afspraak.

- op locatie Alkmaar krijgt u deze mee op papier. U heeft de afspraak op de polikliniek kindergeneeskunde, huisnummer 119, telefoon 072-548 2950
- voor locatie Den Helder krijgt een brief met de afspraak op de polikliniek kindergeneeskunde, huisnummer 35, telefoon 0223-69 6905

Beide poliklinieken zijn op werkdagen bereikbaar van 8:30 uur tot 16:30 uur.

Als uw kindje bij de geboorte minder dan 35 weken was of een geboortegewicht had van minder dan 1500 gram en/of een moeilijke start had, vindt u aanvullende ontslaginformatie in de folder [Nazorg voor couveusekinderen](#)

### Overige instanties

Hebt u behoefte aan contact met lotgenoten, dan verwijzen wij u naar het afdelingsboekje neonatologie, onder het kopje 'Meer informatie'. Hier vindt u allerlei adressen waar u met uw vragen terecht kunt.

### Internet

- [couveuseouders.nl](#): Vereniging van Ouders van Couveusekinderen
- [borstvoeding.nl](#): Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen
- [borstvoeding.com](#): voor informatie over borstvoeding
- [wiegendood.nl](#)
- [veiligheid.nl](#)

### Meegekregen naar huis

- verpleegkundige overdracht
- afspraak nazorg
- envelop neonatale screening
- aanvraagformulier bloed- en/of röntgenonderzoek
- afspraak overige disciplines
- recepten
- medicatieoverzicht
- borstvoedingsadviezen
- de moedermelk die nog in de koelkast/vriezer staat. Het is handig op de ontslagdag en koeltas mee te nemen

### Uw vragen

Met vragen over bijvoorbeeld voeding, spugen en/of huilgedrag kunt u bij de wijkverpleegkundige terecht. Neemt u bij medische problemen altijd eerst contact op met uw huisarts.

### Afdelingspas

De laatste dag op de afdeling moet u de afdelingspas weer inleveren bij de secretaresse. Daarom moet u de laatste dag een kaartje bij de slagboom trekken om mee uit te kunnen rijden. Binnen een half uur kunt u overigens gratis uit rijden.

### Enquête

Om onze zorg zo optimaal mogelijk te houden en zo nodig te verbeteren, zouden wij het fijn vinden als u de digitale enquête wilt invullen. Zie voor meer informatie de enquête met code in het ontslagmapje.

Wij wensen u veel succes thuis,  
medewerkers kinderkliniek Noordwest, afdeling neonatologie  
locatie Alkmaar en Den Helder