



MAMMA GEEF ME DE BORST !
BORSTVOEDING IS NIET SLECHTS EEN MANIER OM
DE GEZONDHEID TE BEVORDEREN,
HET IS EEN DEEL VAN DE GEZONDHEID ZELF
Carlos Gonzales

Waarom borstvoeding?

Borstvoeding is een gezonde keuze voor de baby en voor de moeder. Het is een persoonlijke

Waarom borstvoeding? keuze die tegelijkertijd van waarde is voor de volksgezondheid.

Moedermelk is van nature de ideale voeding die zich altijd aanpast aan de behoeften van het kind; bovendien is het praktisch en goedkoop.

Hoe lang blijft u de borst geven?

De WHO, de UNICEF, het Ministerie van Volksgezondheid en de Italiaanse Verenigingen van Kinderartsen raden borstvoeding aan voor tenminste de eerst 6 maanden en daarna nog tot ongeveer het tweede levensjaar van het kind, of desgewenst langer.

Hoe geeft u borstvoeding?

Zodra de baby het aangeeft, moet de borst worden gegeven, zowel overdags als 's nachts, omdat alleen het kind weet wanneer hij dorst en/of honger heeft. U hoeft ook niet de tijd op te nemen, de voeding duurt zolang als de baby dit nodig heeft. De baby krijgt op deze manier alle voedingsstoffen die hij nodig heeft; u hoeft dus ook geen water of kruidenthee te geven die alleen maar vullen zonder voeding te geven. Ook is het niet nodig bij elke voeding beide borsten te geven, het is echter wel belangrijk dat de baby de borst iedere keer goed leegt.

Heb ik genoeg melk voor mijn kind?

Het zuigen stimuleert de borst om de juiste hoeveelheid melk te produceren: de melkproductie wordt op deze manier aangepast aan de behoefte van uw kind.

Van tijd tot tijd hebben babies echter "groeï-spurts" waardoor ze meer voeding nodig hebben. Voor de moeder kan dit extra vermoeiend zijn maar na enkele dagen past de melkproductie zich aan en wordt de situatie weer normaal.

Als de borsten niet gezwollen zijn en niet lekken houdt dit niet in dat u niet genoeg melk heeft, in tegendeel het betekent dat u de juiste hoeveelheid voeding produceert.

Iedere baby is uniek in zijn behoeften. U moet uw kind dan ook niet vergelijken met andere babies.

De borst is niet alleen voeding, maar ook genegenheid, aanraking en geruststelling, die net zulke belangrijke behoeften van uw kind zijn als de voeding zelf; dit betekent niet dat u uw kind verwent.

Met wie kan ik contact opnemen als ik twijfels heb?

Borstvoeding mag niet pijnlijk zijn; in geval van pijn, roodheid, koorts of wat voor een twijfel dan ook, kunt u contact opnemen met het plaatselijke consultatiebureau of met het ziekenhuis Beauregard, Het ondersteunende netwerk “ProntoMamy” is een groep van moeders die maandelijkse bijeenkomsten organiseert. Op facebook worden informatie en suggesties uitgewisseld en er bestaat een mogelijkheid om telefonisch advies te verkrijgen van andere moeders.

Geen enkele twijfel is banaal: elke moeder en elk kind is belangrijk. U bent niet de enige die om hulp vraagt!

Wat kan mijn familie doen?

Voor een goede start van de borstvoeding moeten moeder en kind in staat worden gesteld om elkaar te leren kennen en om met elkaar om te gaan. De vader en de andere familieleden kunnen helpen bij het beschermen van de privacy van moeder en kind. Zij kunnen praktische hulp geven maar zullen tegelijkertijd kritiek en onnodige aanwezigheid vermijden.

De natuur heeft ons het vermogen gegeven om te bevallen en om onze kinderen de borst te geven en heeft aan onze babies de mogelijkheid gegeven hun behoeftes aan ons te duidelijk te maken. Wij, en ook de mensen in onze omgeving, hoeven op geen enkele manier te twijfelen aan deze mogelijkheden. Verwerp kritiek en accepteer hulp als u die nodig heeft.

Ospedale Beauregard, via Vaccari n° 5 Ziekenhuis Beauregard, straat Vaccari, n. 5 Aosta Pediatria e Neonatologia Afdeling Kindergeneeskunde en Neonatologie Nido

Telefono: 0165 54 55 02 / 0165 54 55 71

Telefoonnummer : Pronto Soccorso e Degenza Pediatria: Telefono: 0165 54 54 18

- www.museodellanascita.it/ - www.ausl.vda.it -

su facebook gruppo “PRONTO MAMY”

prantomamy@gmail.com

