GroeiGids nieuwsbrief

6 weken

Je baby is nu zo'n 6 weken oud. Over een paar weken krijg je weer een uitnodiging van het consultatiebureau van de Jeugdgezondheidszorg. De jeugdverpleegkundige of jeugdarts zal vragen hoe het met je kind en met jou of jullie als ouders gaat. Heb je vragen? Als je ze van tevoren op een lijstje zet, weet je zeker dat je niets vergeet te bespreken.

Voeding

Bij het consultatiebureau wordt je kind gewogen en gemeten. Zo wordt duidelijk of je kind genoeg voeding binnen krijgt. Als je **borstvoeding geeft** zorgt Moeder Natuur ervoor dat de hoeveelheid zich aanpast aan de behoefte van je baby. Rond 6 weken merk je waarschijnlijk dat je baby vaker wil drinken. We noemen dit een **regeldag**.

Krijgt je baby **kunstvoeding uit een fles?** Dan heeft hij of zij ongeveer 150 ml per kg lichaamsgewicht per 24 uur nodig. Heb je het gevoel dat je baby een fles makkelijk opdrinkt en daarna nog huilt of niet in slaap valt? Dan kan het zijn dat je baby te snel drinkt. Het is goed als je baby minstens twintig minuten over een voeding doet. Op **Voedingscentrum.nl** lees je hoe je je baby op zijn eigen tempo kunt laten drinken. Wanneer je baby ontevreden blijft na een voeding, krijgt hij of zij misschien te weinig. Doe eens meer voeding in de fles en kijk wat er gebeurt. Bespreek je twijfels over de hoeveelheid voeding tijdens het bezoek aan het consultatiebureau.

Krampjes

Het is normaal dat kinderen **krampjes** hebben na de voeding. Je baby moet wennen aan voeding in de darmen. Van te veel voeding of te snel drinken kan je baby ook buikpijn krijgen. Probeer je kind tijdens krampjes zoveel mogelijk te kalmeren. Houd je baby bijvoorbeeld vast in 'foetushouding' (zoals hij in je buik zat). Probeer te voorkomen dat je baby zich gaat **overstrekken**. Maak **contact met je baby** om de aandacht af te leiden van de krampjes.

Poepen

Veel ouders hebben vragen over poepen en plassen. Misschien poept je kind de ene dag meerdere keren en soms een paar dagen helemaal niet. Als de poep van je baby gelig, brijig en zacht is, is er geen probleem. Bij flesvoeding hebben baby's vaker **harde poep**. Let er dan op dat je de voeding klaarmaakt met de juiste hoeveelheid poeder en water. Krampjes zijn geen teken van problemen met poepen, maar horen erbij. Heeft je baby vaak een droge luier? Dat is een teken dat hij niet genoeg drinkt. Neem daarover contact op met de Jeugdgezondheidszorg.

Huilen

De ene baby huilt meer dan de andere. Er zijn baby's die vanaf de geboorte tot 8 weken veel huilen. Gemiddeld vijf kwartier per dag. Van 12 weken tot 1 jaar huilen baby's gemiddeld nog een half tot een heel uur per 24 uur.

Zuigen helpt om rustig te worden. Als je zeker weet dat je baby genoeg heeft gedronken, kun je een fopspeen geven. Als je borstvoeding geeft, kun je je baby aan de meest lege borst leggen om rustig te zuigen zonder te veel melk te krijgen. Je kunt je baby ook kalmeren door hem of haar in een draagdoek of draagzak te doen. En door te zorgen dat hij of zij niet te veel **prikkels** krijgt. Lees meer over **huilen en troosten**.

Slapen en dagritme

Overdag slapen baby's nu nog veel. Je kind kan wel steeds langer wakker blijven. En 's nachts juist langer slapen. 's Nachts hoeft je baby pas na meer dan vijf tot zes uur achter elkaar slapen wakker gemaakt te worden voor een voeding. Maar de kans is groot dat je baby uit zichzelf wakker wordt voor een voeding of om te weten dat je er nog bent. Dat is heel normaal.

's Avonds willen baby's vaak bij je zijn en zuigen om rustig te worden. Als je baby flesvoeding krijgt, kun je je baby misschien ook wat extra voeding geven. Maar dat betekent niet altijd dat je baby 's dan nachts langer slaapt. Het is belangrijk dat je baby overdag genoeg drinkt, zodat hij dat 's nachts niet gaat inhalen. Maak je baby daarom overdag minimaal iedere drie uur na het begin van de vorige voeding wakker voor een voeding.

Leg je baby als hij wakker is liefst op een kleed of in de box, zodat hij zich vrij kan bewegen. Gebruik een stoeltje of babynest dus niet te lang achter elkaar.

Op de buik

Laat je baby, als hij of zij wakker is, regelmatig op zijn buik liggen. Zo oefent je baby de spieren in nek, rug en armen. En leert je kind vast zijn eigen hoofd dragen, zodat het minder ondersteuning van jou nodig heeft. Als je baby per ongeluk op de buik rolt, is het goed als je baby het hoofd kan optillen om te ademen.

Lichamelijk onderzoek

De jeugdarts en/of de jeugdverpleegkundige zal je baby van top tot teen nakijken. Ze luistert naar de longen en het hart. De arts zal ook de heupen van je baby voelen en vragen stellen over de zwangerschap en of er heupproblemen in jullie familie voorkomen. Dit is om te kijken of je baby heupdysplasie heeft.

Als de jeugdarts ergens over twijfelt, dan zal dit bij jullie volgende bezoek nog eens worden gecontroleerd. Of ze verwijst je door naar een specialist. Er op tijd bij zijn is heel belangrijk.

Aandacht voor ouders

Als je een kind krijgt, verandert er veel voor jou en je partner. Je nachten en je dagindeling worden vaak helemaal overhoop gegooid. Opeens is er een klein mensje om voor te zorgen. Tijdens het spreekuur van de jeugdgezondheidszorg gaat het er ook over hoe jij of jullie je voelen als ouders. Als het niet is zoals je had verwacht, voel je dan vrij om dat te zeggen. De jeugdarts kan helpen. Soms vraagt de jeugdarts ook om een vragenlijst in te vullen om beter in kaart te brengen hoe het met jou of jullie gaat.

Vaccinaties

Alle ouders krijgen een uitnodiging om hun kind te laten vaccineren bij de jeugdgezondheidszorg. Het doel is om kinderen te beschermen tegen ernstige infectieziektes. Bij de jeugdgezondheidszorg bespreken ze met of je je kind wilt laten vaccineren. Je kunt er al je vragen kwijt. Je bent niet verplicht om je kind te laten vaccineren, maar artsen raden het wel aan.

Kijk hier wat een jeugdarts vertelt over vaccineren.

Wil je weten welke vaccinaties je baby wanneer kan krijgen? Bekijk dan het vaccinatieschema van de RIVM.

Download de app

Volg de groei en ontwikkeling van je zwangerschap of kind met onze gratis GroeiGids app. Vind betrouwbare informatie, volg de groeicurves en leg bijzondere momenten vast in het groeipad. Inclusief foto's en filmpjes. Zo maak je een groeialbum als herinnering voor later.

App Store Google Play

GroeiGids
Groeit met je mee

Volg GroeiGids op Instagram