

Hanteringsadviezen zuigelingen

Soms heeft een kind de neiging tot overstrekken en dat kan leiden tot huilen. Het is belangrijk dat u, als ouders/verzorgers, leert hoe u uw kind goed kunt vasthouden en verzorgen. In deze folder krijgt u informatie en adviezen over het omgaan met uw kind ('hanteren') om het overstrekken van uw kind te voorkomen en/of te beperken.

Prikkels

Hoe uw kind zich ontwikkelt, hangt onder andere af van de ervaringen en prikkels waaraan deze wordt blootgesteld. Verschillende prikkels kunnen zijn:

- Licht,
- Geluid,
- Verzorging,
- Behandelingen.

Daarom proberen we de zorg en de omgeving zó aan te passen dat uw kind niet te veel wordt belast.

Basisprincipes van ontwikkelingsgerichte zorg

Ontwikkelingsgerichte zorg

Het doel van ontwikkelingsgerichte zorg is:

- Het bevorderen van de ontwikkeling van uw kind,
- Het verminderen van stress bij uw kind,
- Het bevorderen van de relatie tussen u en uw kind,
- Het bevorderen van het zelfregulerend gedrag¹ van uw kind.

Voor het bereiken van deze doelen kijken we naar verschillende aandachtsgebieden, zoals lichaamstaal, de reactie van uw kind op de omgeving en op de voeding. Ook uw betrokkenheid is daarbij belangrijk. Door deze signalen te observeren en te interpreteren kan de verzorging daar waar nodig worden aangepast.

¹ zelfregulerend gedrag: het vermogen van uw kind zichzelf tot rust te brengen bij stress of spanning.

Ouders/verzorgers

U heeft een centrale rol in de verzorging van uw kind. Ontwikkelingsgerichte zorg is een methode om uw kind beter te leren kennen en zijn gedrag te begrijpen. Wanneer uw kind zich prettig voelt en alert is, is het beter in staat om contact met u te maken, wat de ontwikkeling ten goede komt. Het spaart ook energie doordat er geen energie in minder prettige ervaringen gaat zitten. U leert welke signalen uw kind geeft als het zich (on)prettig voelt.

Voorkom te veel prikkels

- Laat uw kind op een rustige kamer slapen,
- Niet te hard geluid van de radio/tv of luid pratende mensen (bezoek, belgedrag),
- Niet te fel licht,
- Niet te veel speelgoed in bed en/of box,
- Niet te snel en te vaak oppakken en weer neerleggen,
- Niet te snelle en te veel veranderingen, bijvoorbeeld bij alle bezoek op schoot.

Hanteringsadviezen

Verzorging

Bij de omgang met en de verzorging van uw kind is het belangrijk om op een aantal aspecten te letten. Organiseer de dag rondom het ritme en de individuele behoeftes van uw kind. Dat betekent dat niet alle handelingen altijd geclusterd hoeven te worden.

- Laat uw kind zelf wakker worden. Indien dit niet kan, maak dan het kind rustig wakker door uw volle en warme hand op de romp te leggen. Of door de dekens open te slaan. Het licht kan indien nodig langzaam worden opgedraaid. Spreek vervolgens uw kind zacht toe.
- Een manier om uw kind te laten ontspannen is bijvoorbeeld het geven van een speen of de hand naar de mond toe te brengen. U kunt ook beide handen van uw kind naar de borst brengen.
- Probeer tijdens de verzorging telkens contact te houden met uw handen op uw kind, zodat het de aanwezigheid blijft voelen totdat het gaat slapen. Als u uw handen weghaalt, geef dan iets van een knuffel of deken terug.
- Raak uw kind niet te zacht aan maar geef het houvast.
- Zorg dat alles tijdens de verzorging draaiend en rollend gebeurt dus ook tijdens het aan/uittrekken van romper of kleding.
- Geef uw kind regelmatig de tijd om even bij te komen van de verzorging, dit door pauzes in te lassen.

Positionering

- Probeer een gebogen houding te bevorderen.
- Probeer bij het veranderen van de houding uw kind zoveel mogelijk contact te laten houden met de onderlaag.
- Veel handelingen, zoals verschonen van een luier en temperaturen, kunnen ook in zijligging gedaan worden, waardoor uw kind zijn armen en benen bij elkaar kan houden. Of u kunt ter bevordering van een gebogen houding uw kind dwars op het aankleedkussen neerleggen.
- Als uw kind in bed ligt, zorg er dan voor dat uw kind bij het strekken van de benen en armen een begrenzing voelt en terug kan komen naar een gebogen houding. Deze begrenzing kan u aangeven met de hand, maar ook door bijv. een rolletje gemaakt van een doek of andere ondersteuningsmaterialen.
- Een kind dat vaak grijpbewegingen maakt kun je iets (doek, knuffel, etc.) in de hand laten vasthouden.
- Wissel de houding van het hoofd van uw kind regelmatig af.
- Laat uw kind op de rug slapen (advies landelijke richtlijn veilig slapen). Op de afdeling kan het voorkomen dat uw kind om (medische) redenen niet op de rug ligt/slaapt.



Tillen

Ook bij het tillen en dragen van uw kind kunt u aan bepaalde zaken denken. Het is erg belangrijk dat uw kind steeds een natuurlijke, ronde houding bewaart.

Bij het optillen uit het bedje draait u uw kind eerst naar de zijligging. Dat gaat als volgt:

- U pakt uw kind tussen de benen bij het bekken vast met uw duim aan de buikzijde en uw vingers bij de bil.
- U gebruikt uw rechterhand voor een draai naar rechts en uw linkerhand voor een draai naar links.
- U draait langzaam het bekken naar de gekozen richting en wacht tot uw kind zelf zijn hoofd en schouders meedraait.
- Daarna legt u een hand onder de schouders en het hoofd en tilt u uw kind naar voren op.
- U kunt het kind nu onder de billen steunen met de hand waarmee u hem in het begin opzij draaide.

Zo heeft u uw kind zowel bij schouders/hoofd als bij de billen (zwaartepunt) in een ronde houding opgetild.



Dragen

Bij het dragen in deze houding stimuleert u dezelfde ronde houding als uw kind in baarmoeder had. Houd uw kind stevig vast. Als u uw kind draagt, houd het dan in de holte van uw arm met de heupjes en beentjes gebogen en de armpjes naar voren.

- Het hoofd ligt op uw onderarm,
- Eén arm steunt de borst,
- De andere arm tussen de benen door,
- Steun de buik.

Kind frontaal op schoot

Dit is een goede houding voor directe interactie, zoals oogcontact, spelen of zingen met uw kind. Tevens is het geven van flesvoeding op deze manier ook mogelijk. U kunt in deze houding ook rustig wiegen met het bekken van uw kind bij eventuele buikkrampen.

Leg uw kind op de rug recht voor u op uw benen. Zet uw voeten op een kleine verhoging zodat het bekken van uw kind goed gekanteld ligt tegen uw buik. De schouders en hoofd van uw kind worden op deze manier goed ondersteund.



Overige adviezen

Naast de bovengenoemde adviezen is het ook belangrijk bij de omgang met en de verzorging van uw kind op het volgende te letten:

- Neem voldoende tijd voor uw kind en haast u niet.
- Kijk uw kind steeds aan en vertel wat u gaat doen.
- Realiseer u dat oogcontact en zelf meebewegen met uw kind naast praten en knuffelen belangrijk zijn.
- Neem de vijf R-en in acht: **R**ust, **R**einheid, **R**egelmaat, **R**ollen en **R**ond houden.
- Doe wat u zelf denkt en voelt en niet wat anderen zeggen.
- Laat de kinderkamer rust uitstralen, enkele felgekleurde speeltjes zijn voldoende en laat deze zoveel mogelijk op dezelfde plek liggen.
- Mobiel in de box niet boven het hoofd plaatsen maar boven de buik, zodat een kind niet te ver naar achteren moet kijken en overstrekt om het te kunnen zien.
- Buikligging kan gestimuleerd worden in de box, bij u op de borst/buik of op een speelkleed, maar wel onder toezicht.
- Zorg voor een aangename temperatuur en voor voldoende frisse lucht bij het slapen.

Tot slot

In deze folder heeft u veel informatie gekregen over het omgaan met uw kind. Voor vragen en/of verduidelijking kunt u terecht bij de verpleegkundige van de afdeling of de kinderfysiotherapeute.