



Borstvoedingsbeleid in het kort

1. Tijdens de zwangerschap begint ook de voorbereiding op borstvoeding. We geven informatie over de verschillen tussen borstvoeding en kunstvoeding. Zo kunt u samen met uw partner een keuze maken. Maak ook gebruik van de informatie van de borstvoedingsorganisaties.
2. Meteen na de geboorte ligt de baby met zijn of haar blote lijfje lekker tegen u aan. We zorgen voor rust, zodat ouders en kind alle tijd hebben om te genieten van dat bijzondere eerste uur met elkaar.
3. Uw pasgeboren baby voelt uw warme huid en gaat vaak al op zoek naar de borst. Die eerste kleine slokjes zijn van groot belang.
4. De baby blijft dag en nacht bij u en we geven uitleg en ondersteuning, zodat u en de baby kunnen wennen aan het borstvoeding geven en nemen. Vrijwel alle vrouwen kunnen meer dan genoeg moedermelk produceren.
5. De baby mag drinken naar behoefte en dat is de eerste weken heel vaak. De borstvoeding komt daardoor goed op gang. Want hoe vaker u voedt, hoe meer melk u kunt geven. Voed ook lang genoeg. Bijvoeding is haast nooit nodig.
6. We leggen uit welke houding prettig is om te voeden en hoe de baby goed aan de borst drinkt. Pijn hoort er niet bij. Het is een teken dat u hulp nodig hebt om met plezier de borst te geven. Vraag dus om advies.
7. Soms heeft een baby bijzondere zorg nodig en kunnen u en uw baby tijdelijk niet bij elkaar zijn. We helpen dan met afkolven.
8. Jonge baby's kunnen in de war raken door een fopspeen of een flesje. Ze drinken dan niet zo goed of niet zo vaak meer aan de borst. We adviseren daarom om voorlopig liever geen fopspeen of flesje te geven.
9. Na afloop van de kraamtijd kunt u voor begeleiding bij borstvoeding terecht bij het consultatiebureau. We geven ook informatie over de borstvoedingsorganisaties. Daar zijn vrouwen actief die zelf hun kinderen gevoed hebben en na een extra training allerlei vragen kunnen beantwoorden.

Na een tijdje is borstvoeding geven voor de meeste vrouwen makkelijk en plezierig. Met UNICEF en de WHO raden we u aan om de eerste zes maanden alleen moedermelk te geven. Daarna heeft de baby ook ander voedsel nodig. U kunt borstvoeding geven zo lang als u wilt.