



# Verblijf op de materniteit



En ... tot slot

Hopelijk heeft u in dit boekje een antwoord gevonden op enkele van uw vragen.

Zijn er nog bepaalde zaken onduidelijk, vraag gerust raad aan een vroedvrouw van de materniteit. Zij zal u graag antwoord geven.

We wensen u veel plezier en voorspoed met uw baby.

### 3.2.2. De navelverzorging

#### **Indien de navelstomp nog niet afgefallen is:**

ontsmet de navel 2 x per dag met een waterige ontsmettingsoplossing,  
leg een kompres (in driehoek) onder de navelstomp,  
breng Sicombyl® aan,  
wikkel de kompres rond navelstomp,  
doe een navelband aan.

#### **Indien de navelstomp afgefallen is:**

ontsmet de navel 2 x per dag met een waterige ontsmettingsoplossing.

### 3.3 *Wiegendood preventie:*

zie brochure Maatregelen ter voorkoming van wiegendood.

### 3.4 *Steun en opvolging na ontslag*

Materniteit H.-Hartziekenhuis Roeselare-Menen vzw

Zelfstandige vroedvrouwen: <http://www.vlov.be/>

Dokters

Kind & Gezin: <http://www.kindengezin.be/>

Expertscentrum kraamzorg De Wieg: <http://www.eckdewieg.be/>

Mamacafés: <http://www.mamacafe.be/>

Sociale Dienst van het ziekenhuis

...

Beste ouders,

Van harte welkom op onze afdeling!

Via deze brochure willen we een duidelijk beeld schetsen over de verzorging van mama en baby op onze materniteit. Op die manier hopen we uw verblijf zo aangenaam mogelijk te maken.

We beseffen dat deze brochure niet volledig is en hopen op uw medewerking om deze in de toekomst te kunnen vervolledigen.

We wensen u een prettig verblijf en veel geluk met uw kindje!

De medewerkers van de materniteit

# INHOUD

---

## 1. de verzorging van de mama

- 1.1. hygiëne
- 1.2. opstaan
- 1.3. urine en stoelgang
- 1.4. enkele belangrijke observatiepunten
  - 1.4.1. baarmoeder en bloedverlies
  - 1.4.2. knipje of scheurtje
  - 1.4.3. pijn
  - 1.4.4. baby blues
- 1.5. medicatie
- 1.6. consulten
- 1.7. bloedname

## 2. de verzorging van de baby

- 2.1. hygiëne
- 2.2. enkel belangrijke observatiepunten
  - 2.2.1. gewicht
  - 2.2.2. temperatuur
  - 2.2.3. kleur
  - 2.2.4. slijmpjes
  - 2.2.5. navel
- 2.3. urine en stoelgang
- 2.4. medicatie
- 2.5. consulten
- 2.6. bloedname

## 3. ontslag uit de materniteit

- 3.1. hygiëne mama
- 3.2. babyverzorging
  - 3.2.1. babybadje
  - 3.2.2. navelverzorging
- 3.3. wiegendood preventie
- 3.4. steun en opvolging na ontslag

## 3. Ontslag uit de materniteit

---

### 3.1. Hygiëne mama

Na ontslag uit de materniteit is het aangeraden om zich dagelijks intiem te wassen met water en zeep. Het is heel belangrijk om goed na te spoelen.

Douchen is toegelaten, een ligbad ook maar dan gedurende een korte periode en zonder product.

Bij kunstvoeding mogen de borsten geen stuwing vertonen. Stuwing betekent dat de borsten gespannen, hard en pijnlijk zijn. Indien de mama last heeft van stuwing, kan ze best contact opnemen met een arts.

Bij borstvoeding wast de mama haar borsten bij voorkeur met water.

Bij pijnlijke borsten controleer je best de lichaamstemperatuur.

Bij koorts >38 ° C neemt de mama best contact op met een arts.

### 3.2. Babyverzorging

Hieronder volgt een korte beschrijving van het babybadje en de navelverzorging

#### 3.2.1. Babybadje

Leg het nodige gerief klaar

Vul het badje met water en voeg badolie toe

Reinig het gezichtje en de oogjes reinigen met water ( oogjes van buiten naar binnen in de richting naar de neus)

Wrijf het washandje in met badolie

Was de baby

Breng enkel voor de stuit wat vloeibare zeep aan op het washandje

Opm : de geslachtsdelen van een meisje worden gewassen in de richting van de aars om infectie te voorkomen

Spoel de baby af

Droog de baby af

## 2.5. Consulten

Tijdens het verblijf op onze materniteit komt er twee maal een **kinderarts** langs, na de bevalling en vóór het ontslag van mama en baby.

## 2.6 Bloedname

Bij ontslag zal de vroedvrouw bloed afnemen bij de baby, de zogenaamde **hielprik**.

Hierbij worden enkele bloeddruppels op een daarvoor bestemde kaart aangebracht. Dit bloed wordt onderzocht op stofwisselingsstoornissen. Indien u achteraf niets meer van deze test hoort, is dit een teken dat alles in orde is.

Indien de huid van de baby extreem **geel** is, kan het gebeuren dat de vroedvrouw op doktersvoorschrift een **bloedname** doet bij de baby.

Op die manier kan er nagegaan worden hoeveel afvalproducten zich in het bloed bevinden.

Bij een te hoge hoeveelheid afvalproducten zal de baby onder een speciale lamp moeten liggen. De dag nadien gebeurt soms een nieuwe bloedname.

## 1. De verzorging van de mama

---

### 1.1. Hygiëne

Na de bevalling zal de mama gewassen worden door de vroedvrouw of kan ze zelf, indien zij dit wenst, een douche nemen.

Tijdens deze verzorging krijgt de mama ook een **vulvaspoeling**.

Dit houdt in dat de vulva gespoeld wordt met lauw water waaraan een ontsmettingsstof wordt toegevoegd.

Tevens worden **baarmoederhoogte, bloedverlies en eventueel knipje** gecontroleerd.

De dag van de bevalling zijn er 3 vulvaspoelingen gepland (tijdens de ochtendverzorging, 's namiddags en 's avonds).

De eerste, tweede en derde dag worden 2 vulvaspoelingen voorzien (tijdens de ochtendverzorging en 's namiddags).

De vierde dag en de dag van ontslag wordt de vulva nog 1 maal per dag gespoeld.

Tijdens het ganse verblijf kan de mama op elk moment van de dag een douche nemen. Zelfs bij aanwezigheid van een knipje of een scheurtje mogen **de intieme delen** mee gewassen worden.

De **borsten** mogen eveneens gewassen worden.

Indien de mama borstvoeding geeft, kan ze beter geen zeep gebruiken ter hoogte van de borsten. Dit droogt de huid uit en kan zo pijnlijke tepels veroorzaken.

## 1.2. Opstaan

Het **eerste opstaan** na een bevalling mag reeds gebeuren **2u na de bevalling**, ook na een epidurale verdoving. Belangrijk hierbij is dat de mama de eerste keer opstaat onder begeleiding. Ook tijdens de eerste nacht vraagt de mama beter hulp om op te staan.

De volgende dagen is het aangewezen om regelmatig te bewegen, dit met of zonder hulp van de vroedvrouw.

## 1.3. Urine en stoelgang

Het **urineren** gebeurt liefst **zo snel mogelijk na de bevalling**. Een volle blaas verhindert immers het samentrekken van de baarmoeder waardoor het bloedverlies toeneemt. Ook hier zal de vroedvrouw hulp bieden door de bedpan aan te reiken of door de mama te begeleiden naar het toilet. Heel uitzonderlijk lukt het spontaan urineren niet en dient er gesondeerd te worden.

Het **maken van stoelgang** blijft de eerste dagen na de bevalling dikwijls achterwege. De mama hoeft zich zeker niet ongerust te maken wanneer ze de eerste drie dagen geen stoelgang maakt aangezien ze een lavementje kreeg bij opname op de verlosafdeling.

Het regelmatig maken van stoelgang kan men bevorderen door:

- voldoende beweging te hebben na de bevalling,
- gebruik te maken van aangepaste voeding zoals vezelrijke voeding, bruin brood,...
- voldoende te drinken.

Vooraleer naar huis te vertrekken wordt van de mama verwacht **minstens 1x stoelgang** te hebben gehad.

## 2.2.5. Navel

De navel van de baby wordt 2x/dag verzorgd (na het badje en 's avonds).

De eerste dagen wordt dit door de vroedvrouw gedaan, nadien door de mama.

Indien u dit nodig acht, mag u steeds de hulp van de vroedvrouw inroepen.

## 2.3. Urine en stoelgang

Het is belangrijk om te volgen hoeveel natte luiers de baby per dag heeft. Daarom vragen we dit te noteren op een daarvoor bestemd blad (= voedingsblad) bij iedere verluiering.

Soms kan het gebeuren dat er een **oranjeverkleuring** (=uraten) zichtbaar is in de pamber. De mama meldt dit best aan de vroedvrouw, maar hoeft zich daar niet ongerust over te maken.

De **eerste stoelgang** van de baby, meconium genoemd, is donkergroen en kleverig. Vanaf de tweede of derde dag na de bevalling, begint de kleur van de stoelgang te veranderen. Bij kindjes die **borstvoeding** krijgen heeft deze een goudgele kleur en is vaak zeer dun; 4 tot 6 ontlastingen per dag is niet ongewoon. Bij kindjes die **kunstvoeding** krijgen is de stoelgang vaster en de frequentie ligt ook lager (1 tot 3x/dag).

Na de meconium is het niet abnormaal dat de baby 1 of meerdere dagen weinig tot geen stoelgang heeft.

## 2.4. Medicatie

	Site Menen	Site Roeselare
	Konakion 2 mg	Konakion 2 mg
<i>Bij kunstvoeding</i>	Vanaf dag 15: D-Cure: 1 X 5 dr. / dag tot de leeftijd van 1 jaar.	D-Cure: 1 X 5 dr. / dag tot de leeftijd van 1 jaar.
<i>Bij borstvoeding</i>	Vanaf dag 15: D-Cure: 1 X 5 dr. / dag VitamonK: 1 X 5 dr. / dag tot de leeftijd van 1 jaar.	D-Cure: 1 X 5 dr. / dag tot de leeftijd van 1 jaar. VitamonK: 1 X 5 dr. / dag tot stop borstvoeding

Thuis hoeft de temperatuur niet dagelijks gecontroleerd te worden, enkel wanneer de baby te warm of te koud aanvoelt.

De normale temperatuur van de baby ligt tussen de 36.5°C en de 37.5°C.

### 2.2.3. Kleur

De eerste uren na de bevalling zijn de **handjes en voetjes** van de baby nog wat **blauw**.

Na enige dagen kan het gebeuren dat de **huid** van de baby wat **geel** lijkt. Dit wordt veroorzaakt door een teveel aan afvalproduct in het bloed waardoor de baby wat lui kan worden. Voldoende voeden, de baby aan het venster plaatsen of het licht in de kinderkamer overdag laten branden, worden aangeraden.

Soms is het noodzakelijk dat de baby enige tijd onder een speciale lamp wordt gelegd. Deze kan op de kamer geplaatst worden zodat mama en baby niet van elkaar gescheiden hoeven te worden.

### 2.2.4. Slijmpjes

De eerste dagen na de bevalling kan de baby last hebben van slijmpjes. De baby zal deze slijmpjes uitbraken ofwel zullen ze verdwijnen via de stoelgang.

Soms is het noodzakelijk om ze weg te zuigen.

## 1.4. Enkele belangrijke observatiepunten

### 1.4.1. Baarmoeder en bloedverlies

De eerste uren na de bevalling zal de vroedvrouw regelmatig voelen aan de buik van de mama. Op die manier controleert de vroedvrouw of de baarmoeder goed samentrekt, dit is noodzakelijk om het bloedverlies te beperken. Tijdens uw verblijf wordt de baarmoeder verder gecontroleerd bij elke vulvaspoeling.

De eerste uren na de bevalling is het normaal dat de mama vrij veel bloedverlies heeft. Tot de derde dag is dat rood en overvloedig.

Vanaf de vierde dag vermindert het bloedverlies en wordt roodbruin.

### 1.4.2. Knipje of scheurtje

Bij elke vulvaspoeling zal het knipje of scheurtje nagezien worden.

De draadjes verdwijnen spontaan na gemiddeld 8 dagen.

### 1.4.3. Pijn

Na de bevalling kan de mama nog wat pijn hebben, bijvoorbeeld ter hoogte van de knip, naweeën,... Een pijnstiller kan in zo'n situatie zeker nuttig zijn.

Aarzel niet om ernaar te vragen.

### 1.4.4. Baby blues

Het is heel normaal dat de mama zich na een paar dagen wat huilerig voelt.

Het luisterend oor van de papa of de vroedvrouw kan wonderen doen.

Het is raadzaam voldoende te rusten en het bezoek te beperken.

### 1.5. Medicatie

Het onderstaand schema geeft een overzicht van het medicatiegebruik in de sites Roeselare en Menen.

	Site Menen	Site Roeselare
	Ijzerpreparaat: elke dag 1 tablet, NUCHTER	Ijzerpreparaat: Elke dag 1 tablet op voorschrift van de arts, afh. van bloedresultaat NUCHTER
<i>Bij kunstvoeding</i>	2 co lactatieremmer: in te nemen bij 2e maaltijd	- 2 co lactatieremmer: in te nemen bij 1 <sup>e</sup> maaltijd - 3x15dr Methergine- druppels/dag
<i>Bij borstvoeding</i>		Vitaminepreparaat: 1 vitamine/dag 's morgens

### 1.6. Consulten

Tijdens het verblijf op onze materniteit komt er dagelijks een ***gynaecoloog*** langs.

Ook de ***verpleegkundige van Kind en Gezin*** brengt jullie een bezoek.

### 1.7. Bloedname

De tweede dag na de bevalling zal de vroedvrouw 's morgens bloed afnemen bij de mama.

Op die manier wordt nagegaan of het ijzergehalte in het bloed niet te laag staat en/of er een wijziging is in de toxoplasmosespiegel.

## 2. De verzorging van de baby

### 2.1. Hygiëne

Na de bevalling wordt de baby gereinigd. Het is niet de bedoeling het aanwezige huidsmeer te verwijderen, daar dit belangrijk is voor de huid van uw baby.

De volgende dagen krijgt de baby telkens in de voormiddag een badje. Er is zeker de gelegenheid om te kijken hoe dit gebeurt en de vroedvrouw zal de nodige uitleg geven.

Indien u dit wenst, mag u de baby zelf wassen.

Het is aangewezen uw baby minstens éénmaal zelf te wassen tijdens uw verblijf.

### 2.2. Enkele belangrijke observatiepunten

#### 2.2.1. Gewicht

De baby wordt elke dag vóór het badje gewogen.

Het is normaal dat de baby de eerste dagen na de bevalling wat gewicht verliest, dit kan zelfs gaan tot 10% van het geboortegewicht. Normaal gezien zal de baby tegen dat u naar huis gaan reeds wat bijgekomen zijn.

#### 2.2.2. Temperatuur

De dag van de bevalling zal de vroedvrouw bij de eerste 2 voedingen de temperatuur van de baby controleren.

De volgende dagen gebeurt dit nog 1x/dag, vóór het badje.