

## Ontwikkelingsgerichte zorg

*Je kind in het ziekenhuis*

*Voor de leesbaarheid is voor de mannelijke persoonsvorm gekozen. Overal waar de mannelijke vorm wordt gebruikt, kun je uiteraard ook de vrouwelijke persoonsvorm lezen.*

De omgeving van de couveuse-afdeling is niet alleen onnatuurlijk voor de ontwikkeling van je kind, maar kan ook als ouder overweldigend zijn. In de toch al onzekere en angstige periode wordt de zorg voor je kind overgenomen door anderen en kun je het gevoel hebben de controle over de zorg van je eigen kind te verliezen. Je wilt als ouders graag voor je kind zorgen, maar omdat je kind nog klein en kwetsbaar is kan het een hele stap zijn om die zorg daadwerkelijk uit te voeren. Bovendien is er mogelijk veel apparatuur aanwezig rondom het bed van je kind. Binnen de couveuse-afdeling van Bernhoven wordt zoveel mogelijk gewerkt volgens het principe van ontwikkelingsgerichte zorg. Het is een manier van zorgverlening die gericht is op comfort en stabiliteit van elk individueel kind en zijn ouders.

Ontwikkelingsgerichte zorg streeft naar:

- Het ondersteunen en bevorderen van de groei (de ontwikkeling) van de pasgeborene.
- Het ondersteunen van ouders in de ouderlijke rol.
- Het verminderen van stress die de opname van je kind op de afdeling met zich meebrengt.

Hierbij wordt gekeken naar signalen die je kind geeft waarbij hij laat zien zich comfortabel te voelen en naar signalen waarbij je kind aangeeft zich niet prettig te voelen. Binnen deze zorg is er een belangrijke rol weggelegd voor jou als ouder. Samen zullen we je kind helpen om met de prikkels uit de omgeving om te leren gaan

### ***Wat is ontwikkelingsgerichte zorg?***

Ontwikkelingsgerichte zorg (OGZ) is erop gericht je baby te beschermen tegen voor hem onnatuurlijke omgevingsprikkels. OGZ bevordert de ontwikkeling van je baby.

De beperkte ruimte in de baarmoeder zorgt voor begrensde bewegingsvrijheid en een veelal gebogen houding van het kind. In de couveuse wordt zoveel mogelijk geprobeerd de situatie zoals in de baarmoeder na te bootsen, om een goede omgeving te creëren waarin je kind zich optimaal kan ontwikkelen.

In Bernhoven verzorgen we alle baby's volgens de principes van ontwikkelingsgerichte zorg. Dit betekent dat we bij het verzorgen en benaderen van je baby steeds kijken wat je baby aangeeft nodig te hebben. We proberen de signalen (gedrag en lichaamstaal) van je kind te lezen om er vervolgens op in te spelen. Ook letten we goed op de reactie van je baby op de omgeving en op voeding. We bieden jouw baby comfort en stabiliteit en proberen stress te verminderen. Dit doen we samen met jullie als ouders.

Om comfort en stabiliteit te bereiken, observeren we:

- De lichaamstaal van je baby: wat wil je baby ons vertellen?
- De omgeving: hoe reageert je baby op licht en geluid, bewegen en bewogen worden?
- De houding en bewegingen van je baby
- De interactie: hoe reageert je baby op aanraken en contact?

Vanuit een veilige en comfortabele situatie kan je baby een goede hechtingsrelatie met jullie als ouders opbouwen. Ook kan je baby zich beter tot rust brengen bij stress.

### ***Je baby en licht***

In de baarmoeder is het donker. Na de geboorte is er ineens veel licht waarmee je baby moet omgaan. Als het licht gedempt is, zal je baby alerter zijn en de oogjes meer openen. Ook kan je baby beter kijken en contact maken.

Als je baby in de couveuse ligt, gebruiken we een speciale doek die we over de couveuse leggen om je kind te beschermen tegen het licht. Deze doek wordt gebruikt zolang het nodig is voor jullie kind, gaandeweg laten we meer licht toe omdat het anders de ontwikkeling kan belemmeren.

Veel fel licht kan je baby stress geven en heeft een negatief effect op het slaap-waak ritme. Denk bij fel licht ook aan het flikkerende licht van een TV of het licht van een telefoon of tablet.

Tips:

- Dim waar nodig het licht en gebruik geen felle lampen
- Gebruik s'avonds een bedlampje
- Houd je baby niet in de felle zon
- Richt geen felle lichtflitsen op de baby
- Als er feller licht nodig is, scherm dan de oogjes af zodat invallend licht geen schrikreactie geeft. Laat de baby wennen aan het licht.
- Gebruik de TV, telefoon en tablet beperkt.

### ***Je baby en geluid***

We streven ernaar om de omgeving van je baby zo rustig mogelijk te houden. Je baby kan zich namelijk nog niet afsluiten voor bepaalde geluiden. Hierdoor dringen achtergrondgeluiden sterk door. Dit maakt dat je baby in het ziekenhuis snel overladen kan worden met prikkels. Denk aan alarmen die afgaan, stoelen die schuiven, telefoons die rinkelen en mensen die praten. In de couveuse worden deze geluiden versterkt. Je hoeft niet extra stil te zijn, maar probeer harde geluiden te vermijden. Te harde geluiden verstoren namelijk de slaap.

Als je baby onrustig is, kun je hem helpen door rustig tegen hem te praten. Je baby zal je stem herkennen en hierdoor rustig worden.

*Tips*

- Ligt je baby in de couveuse? Leg dan geen spullen op de couveuse en sluit de deurtjes zachtjes.
- Pas je stemgeluid aan, praat zacht en vraag ook bezoek om zacht te praten
- Wees voorzichtig met stoelen, zachtjes verplaatsen of optillen
- Plaats geen muziekdoosjes in de couveuse.

### ***Je baby en rust***

Rust is belangrijk voor je baby. Slapen en rust zijn als een medicijn voor je baby om te groeien en te leren drinken. Je baby slaapt gemiddeld 16-17 uur per dag, verdeeld over een aantal slaapmomenten.

Pasgeboren baby's slapen vaak licht. Door dromen en van plotselinge bewegingen (door henzelf) kunnen ze wakker schrikken en even huilen. Je baby zal hierna snel weer in slaap vallen. Belangrijk is dat je je baby op dat moment niet wekt door hem op te pakken, dan wordt je baby echt wakker.

*Tips:*

- Maak je baby niet onnodig wakker
- Geef je baby tijd om wakker te worden

- Haal bijvoorbeeld eerst het dekentje weg en laat hem rustig ontwaken uit de slaap. Contact houden door middel van een hand op het hoofd of de romp geeft een veilig gevoel
- Voorkom dat je je baby teveel 'kriebelt'. Een warme, stevige aanraking is prettiger dan strelen met een vinger
- Troost je baby bij vervelende handelingen
- Het is beter om je baby niet van arm tot arm te laten gaan



*Het ondersteunen van de baby door een hand op het hoofd te leggen.*

### **Je baby en warmte**

In de baarmoeder werd je baby omgeven door warm vruchtwater. Hij hoefde niet zelf de temperatuur te regelen. Je baby verliest voor het grootste gedeelte de warmte via het hoofd. Daarom krijgt je baby direct na de geboorte en daarna zolang het nodig is een mutsje op. Als je twijfelt of je baby het wel warm genoeg heeft, voel dan even in zijn nekje. Die plek geeft het beste aan hoe het gesteld is met de lichaamstemperatuur. Koude handjes en/of voetjes zeggen niet zoveel.

### *Tips*

- De ideale temperatuur is tussen de 36,8 en 37,5 graden
- Als je je baby uit de wieg of couveuse haalt, doe hem dan een omslagdoek om.
- Als je je baby in bad doet of verschoond, gebruik dan de warmtelamp boven het aankleedkussen.
- Bij een te lage lichaamstemperatuur is het niet verstandig je baby in bad te doen
- Leg kruiken altijd boven op de dekens/lakens zodat ze niet direct tegen je baby aan komen

### **Lichaamstaal**

Als je baby wakker wordt, kun je zien of hij rustig is en of hij voldoende energie heeft om belangstelling te hebben voor zijn omgeving. Je ziet dan een ontspannen gezichtsuitdrukking en open ogen of hij probeert ze te openen. Ook zullen zijn armen en benen ontspannen in gebogen houding liggen, net als het lijfje. Je baby heeft dan een mooie roze kleur en een rustige ademhaling.

Als je praat tegen je baby, is het belangrijk om je baby altijd met een zachte geruststellende stem te vertellen wat er gaat gebeuren. Als je tegen je baby praat, zorg dan dat er geen licht in zijn ogen schijnt zodat hij gemakkelijker zijn ogen open kan doen. Soms zal je baby tijdens het contact je vinger vasthouden en misschien bewegingen met zijn mond maken.



Als een baby zich niet prettig voelt, kan hij dit op verschillende manieren aangeven. Hij kan huilen en/of heeft een geïrriteerde blik in zijn ogen. Ook kan je baby heel stil liggen met gestrekte armen en benen, of juist erg beweeglijk zijn, trillerig en schokkerig of het lijfje gespannen houden of krommen. Vaak zie je dat de hartslag aanvankelijk wat hoger wordt, zijn ademhaling onregelmatig wordt en zijn kleur verandert.

Op deze momenten laat je baby zien dat hij moeite heeft met de prikkels die uit de omgeving op hem afkomen. Je kunt hem dan het beste helpen door een rustpauze in te lassen en hem vast te houden tot zijn ademhaling weer rustig wordt. Ook als je baby op een gegeven moment begint te fronsen, een gespannen blik in zijn ogen krijgt, zijn ogen sluit of zijn hoofd weg draait, laat hij zien dat het hem teveel wordt. Hij kan ook zijn vingers en tenen spreiden of juist een vuist maken. Je baby kan gaan zuchten, geeuwen, niezen, hikken, kokhalzen, spugen, boeren of zijn darmen kunnen gaan rommelen. Al deze signalen kunnen betekenen dat hij moe is en het contact of de verzorging hem te veel wordt. Als je baby dat aangeeft is dit ook het moment om niet meer tegen hem te praten. Je kunt hem dan helpen door weer kalm je vlakke handen op hem te houden tot hij tot rust komt of in slaap valt.

### **Contact maken met je baby**

In het ziekenhuis komt je baby in aanraking met veel verschillende mensen, maar uiteindelijk zijn de ouders voor de baby de enige vertrouwde personen. Het is daarom erg belangrijk dat je contact maakt met je baby op de momenten dat het daarvoor openstaat. Dit kan door hem aan te kijken, met je baby te praten en natuurlijk ook door uw baby aan te raken.

### *Observeren*

Het gedrag van een pasgeborene is afhankelijk van de ontwikkeling. Door goed naar je baby te kijken krijg je een idee van de dingen die hij kan: Hoe slaapt hij? Is hij ontspannen? Kijkt hij? Wat vindt hij prettig of juist niet? Wat doet mijn kind zelf en waar kan hij ondersteuning bij gebruiken. Door zijn lichaamstaal te observeren leer je wat je kind fijn vindt en wat minder fijn en leer je hem steeds beter kennen. De lichaamstaal van je baby helpt je daarbij.

### *Zelfregulatie van uw baby*

Je baby is in staat om zichzelf te troosten en rustig te worden. Daardoor zal stress verminderen of kan stress voorkomen worden. Als de stress toch te veel toeneemt, zal het zelfregulerende vermogen afnemen.

Wat doet je baby om zichzelf te troosten en tot rust te komen?

- Je baby wil graag zuigen en lijkt te zoeken met de mond (zoekreflex)
- Je baby probeert zich te nestelen in zijn rolletje of 'snuggle up' (nestje)
- Je baby zoekt iets om vast te houden, bijvoorbeeld een vinger, dekentje of knuffeltje.

Hoe kun je je baby steunen en helpen weer rustig te worden?

- Benader je baby rustig en kalm
- Geef je baby gelegenheid zich te herstellen wanneer het onrustig is geweest.
- Geef je baby tijdens de verzorging begrenzing met een doek. Dit draagt positief bij aan het zichzelf te leren troosten.

### *Rust geven*

Een pasgeboren baby is maar kort in staat om contact vast te houden. Als je ziet dat je baby moe wordt, is het tijd om contact aan te passen of te verbreken. Je baby kan dit niet zelf en heeft jouw hulp daarbij nodig. Een manier om je baby tot rust of in slaap te krijgen is door met je ene hand het lichaam te omvatten en je andere hand op het hoofdje te leggen, zodat de armen en benen dichtbij de romp komen. Je kunt hierbij lichte druk uitvoeren. Deze manier van vasthouden ('containment hold') is ook een goede manier om je baby te troosten bij medische of verpleegkundige handelingen.



### *Containment hold*

Andere manieren om je baby te helpen.

In de baarmoeder had je baby verschillende manieren om zich prettig te voelen zoals:

- Zuigen
- Iets vast houden of de handjes in elkaar grijpen
- Handen naar het gezicht brengen
- Duwen tegen de baarmoederwand. Buiten de baarmoeder kan je baby dit ook nog doen door tegen zijn nestje aan te duwen.

Je kunt je baby daarbij helpen door:

- Hem in ronde houding brengen, zodat je baby de handen naar het gezicht kan brengen.
- Een fopspeentje geven.
- Iets te geven dat je baby gemakkelijk vast kan houden; een doekje (met moeders geur eraan) of een knuffeltje met sliertjes
- Ervoor te zorgen dat je baby met zijn voetjes ergens tegenaan kan duwen; een rolletje of nestje.



### *Troosten bij vervelende handelingen*

Als je baby geprikt moet worden of er een andere vervelende handeling plaats moet vinden krijgt je baby voor de prik/handeling een beetje suikerwater (sucrose) in zijn mond toegediend. Deze sucrose is om de prik/handeling te verzachten.

## **Houdingen**

### *Gebogen houding*

Te vroeg geboren baby's liggen vaak in een nestje. Dit probeert de houding in de baarmoeder na te bootsen. In de baarmoeder ligt de baby namelijk in een ronde houding met gebogen armen en benen en voelt de begrenzing van de baarmoeder. Na de geboorte kan je de baby ondersteunen met het aannemen van deze houding door het geven van begrenzing, bijvoorbeeld door middel van een doek of dekentje.

Een aangename houding waarbij je baby zich kan ontspannen, maakt het voor hem gemakkelijker zich aan te passen aan prikkels uit de omgeving.



### *Ontspannen slapen in een nestje*

### *Zijligging*

De zijligging is voor de baby over het algemeen een prettige houding. De baby kan dan gemakkelijker een ronde houding aannemen.

Op de weegschaal is zijligging ook belangrijk.



### *Buikligging rug ligging of zijligging?*

We leggen je baby op de zij of op de buik. Zijligging is een fijne houding omdat het de houding van de baarmoeder benadert. Zijligging en buikligging doen we alleen als je baby aan de monitor ligt. Daarna gaan we over op rugligging, ook thuis.



### *Tips*

- Stop je baby strak in onder de dekens. Dit geeft een veilig gevoel
- Leg het hoofdje van je baby na iedere voeding de andere kant op (om afplatting van het hoofd te voorkomen)
- Het is belangrijk dat de handjes van je baby bij zijn gezichtje liggen of dat je baby iets kan vasthouden. Door deze zelfregulatie kan je baby zich kalmeren
- Wikkel je baby voordat hij in bad gaat in een hydrofiele luier. Hierdoor krijgt hij begrenzing en blijft hij ontspannen.



*In bad ingewikkeld in een hydrofiele luier*

### **Samen buidelen/ kangeroeën**



Huidcontact tussen ouder en baby is erg belangrijk. Buidelen is een manier om dit te bevorderen. Hierbij ligt je baby bloot, op een luier na, tegen je blote borst. Vervolgens sluit je de overkleding weer. Het is prettig als u minimaal een uur buidelt om je baby rustig te laten wennen aan deze houding en hierdoor de rust ervaart. Op deze manier komt je baby in een diepe slaap, waardoor hij optimaal uitrust. Bovendien blijft je baby lekker warm. Te vroeg geboren baby's hebben weinig onderhuids vetweefsel en kunnen zich moeilijk warm houden. Op de afdeling is ook een buidelvest te leen. Hierin kun je je baby huid op huid tegen je aan dragen terwijl er tegelijkertijd voldoende steun is om je vrij te kunnen bewegen. In de mouwen zitten kleine spiegeltjes waarmee je naar je baby kunt kijken.

Een voordeel van buidelen is dat je baby al vroeg naar geluiden leert luisteren, stemmen en geuren herkent. Tijdens het buidelen controleert de verpleegkundige regelmatig je baby. Omdat couveusekinderen erg vatbaar zijn voor infecties, is hygiëne erg belangrijk. Neem daarom dagelijks een douche en trek voor het buidelen schone kleding aan, die je aan de voorzijde kunt openen. Bovendien zijn te vroeg geboren baby's bijzonder gevoelig voor indringende geuren zoals parfum, sterk ruikende zeep of sigarettenlucht. Een doekje met de geur van moeder of van de moedermelk is juist en heel prettige prikkel voor je baby.



### ***Fles geven in zijligging: Early feeding skills***

#### ***Leren drinken***

Een kind dat te vroeg geboren wordt, kan meestal nog niet meteen zelfstandig drinken. Vanaf 28 a 29 weken kan een kind leren zuigen op een fopspeen. Vanaf 34 weken lukt het vaak om te starten met kleine hoeveelheden zelf drinken. Vanaf 37 weken is er vaak een betere beheersing van zuigen, slikken en ademen mogelijk, waardoor het drinken uit borst en/of fles steeds beter gaat.

Om te beoordelen of een kindje toe is aan drinken en hoe de drinkmomenten verlopen, wordt gebruik gemaakt van de Early Feeding Skills checklist. Hierbij wordt onder andere steeds gekeken of een kindje voedingsbereid is. Een kind dat voedingsbereid is:

- laat voedingssignalen zien, zoals smakkende bewegingen of happen op de handjes
- is alert
- is ontspannen aanwezig
- heeft geen monitoralarmen





Pas als deze signalen zichtbaar zijn, kun je starten met het aanbieden van voeding per borst of fles. Als je baby tijdens het drinken in slaap valt, de tepel of speen uit de mond drukt, of stresssignalen laat zien, stoppen we het voeden via de mond. We voeden je baby dan via de maagsonde, een dun slangetje dat via de neus rechtstreeks naar de maag gaat.

Bij te vroeg geboren kinderen wordt meestal gekozen voor het voeden in zijligging. Dit is een natuurlijke houding die meer stabiliteit aan het middenrif biedt, waardoor een diepere ademhaling mogelijk is. Een ander voordeel is dat een teveel aan voeding niet direct achter in de keel loopt.

Ieder voedingsmoment bekijken we opnieuw of je baby voedingsbereid is en hoe de voeding verloopt. Langzamerhand krijgt je baby meer energie en leert krachtiger te drinken. Belangrijk is dat je baby de tijd krijgt om een goede drinktechniek te ontwikkelen in zijn eigen tempo. De hoeveelheid die je baby drinkt is dan niet belangrijk. Wanneer je baby moeite heeft met het drinken, kan de logopedist in consult gevraagd worden.

Heb je na het lezen van deze informatie nog vragen, de verpleegkundigen, logopedisten, fysiotherapeuten en artsen van de afdeling staan je graag te woord.

Verder bedanken wij alle ouders die foto's van hun kindje beschikbaar hebben gesteld bij het maken van deze folder.

---

*Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.*

*Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, [psb@bernhoven.nl](mailto:psb@bernhoven.nl).*

## **Bernhoven**

**Nistelrodeseweg 10  
5406 PT UDEN**

**Postbus 707  
5400 AS UDEN**

**T: 0413 - 40 40 40  
E: [communicatie@bernhoven.nl](mailto:communicatie@bernhoven.nl)  
I: [www.bernhoven.nl](http://www.bernhoven.nl)**



Ga naar  
[www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)

Code: Datum gewijzigd: dinsdag 17 juli 2018