

## Therapeutisch ofwel respectvol voeden

Waarom?

- Therapeutisch flesvoeden is respectvol voor baby's natuurlijke reflexen. Dit is belangrijk voor alle baby's, ook wanneer je de baby later nog aan de borst wil laten drinken.
- Een baby hoort de fles niet te 'krijgen' maar te 'nemen'. Het kind neemt de fles, bepaalt hoeveel het drinkt en wanneer het stopt met drinken.
- De baby kan de hoeveelheid melk beter regelen, dus minder: krampjes, spugen, overvoeding.

Hoe?

- gebruik een lange, rechte speen met kleinst mogelijke gaatje (slow flow). Dan loopt de melk er namelijk niet vanzelf uit, hoogstens druppelt het wat.
- houd je baby zo rechtop mogelijk tegen je aan, liefst met huid-op-huid-contact.
- De speen wordt op bovenliphoogte aangeboden, met de fles net niet horizontaal gehouden.
- lok de hapreflex uit voor je je baby de speen laat pakken (niet proppen); kietel de baby met de tip van de speen op de bovenlip en beweeg de speen langzaam langs de huid naar de bovenlip. Ook kan de speen langs de wangetjes richting mondje gestreeld worden.
- Wanneer de baby zijn mond wijd opent laat je hem de speen pakken. Hij moet er als het ware een beetje naar reikhalzen. De baby zal een grote hap nemen en gelijk gaan zuigen. Zonder grote hap of wanneer de baby niet direct zuigt; neem de speen terug en probeer een hap nogmaals uit te lokken.
- laat je baby eerst kort op een lege speen zuigen voordat je de fles omhoog kantelt.
- houd de fles vervolgens zo horizontaal mogelijk, zodat de speen net gevuld is met melk.
- lipjes horen gekruld tegen de basis van de speen aan te liggen
- Neemt de baby een drinkpauze, neem de fles met speen even terug. Deels of helemaal, kijk wat het rustigste werkt. Een drinkpauze is normaal en het kan ook betekenen dat de baby genoeg heeft. Je zal dan merken dat de baby niet nog eens wil drinken. Dring de fles niet op.
- Zorg dat de baby niet te snel drinkt, zodat aan zijn zuigbehoefte wordt voldaan. De baby mag ongeveer 20-30 minuten over een fles doen.
- Wissel links en rechts voeden af

Let op!

- geluiden tijdens het drinken: smakken, lucht inslikken, etc. hoort niet
- stresssignalen: drinken met handjes open, schrokken, knoeien, zorgelijke blik, fronsen, kortademigheid, hoofdje wegdraaien, flesgever niet aan willen kijken
- bij stresssignalen: om te pauzeren kantel je de fles naar beneden, maar laat je de speen in het mondje en/of draai de dop strakker op de fles voor een langzamere melkstroom

Dus niet zo



maar zo

(Foto:  
[eurolac](#))

