

Gefeliciteerd!

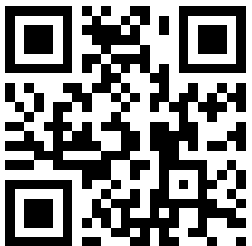
# 1<sup>e</sup> nacht thuis

## Instructies

Wij helpen jou op weg!

Op de volgende pagina vind je belangrijke instructies voor het doorkomen van de 1<sup>e</sup> nacht.

(Klik op de pijl)



[Tip: check jouw Babybalance account voor meer info.](#)

← Scan óf klik op de QR-code voor de site van Babybalance!

(Account-gegevens bij inschrijving kraamzorg ontvangen.)





 [Start](#)

Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



Klik op betreffend onderwerp in bovenstaande balk voor meer info en advies.





Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!

Moeder

Baby

Voeding

Bedje/Kruiken

Temperatuur

Verschonon

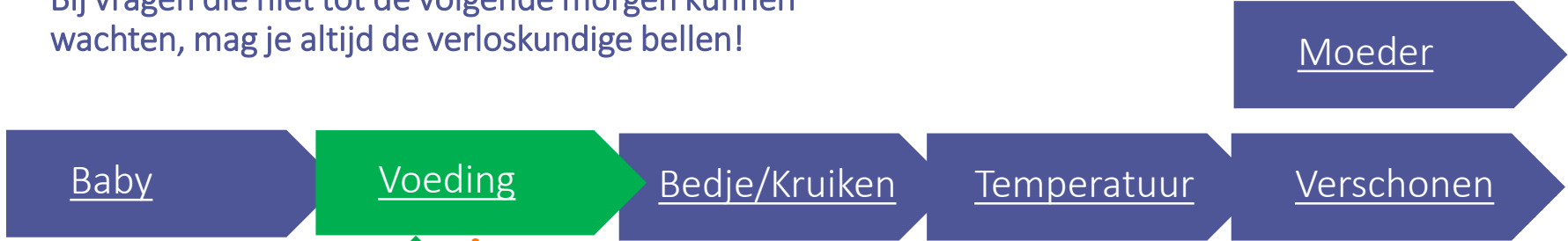
Handen wassen voor iedere voeding en na iedere verschoning





## Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



### Borstvoeding

- Iedere 2 à 3 uur aanleggen.
- Aanleggen om en om (links/rechts) aan borst. Borst waarmee je geïndigd bent, daar begin je de volgende voeding mee.
- Borstvoeding mag geen pijn doen! Doet het pijn? Dan heeft de baby de tepel niet goed in de mond.



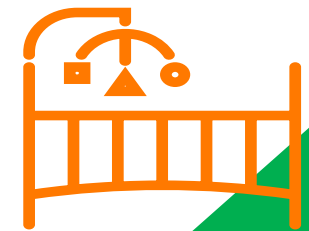
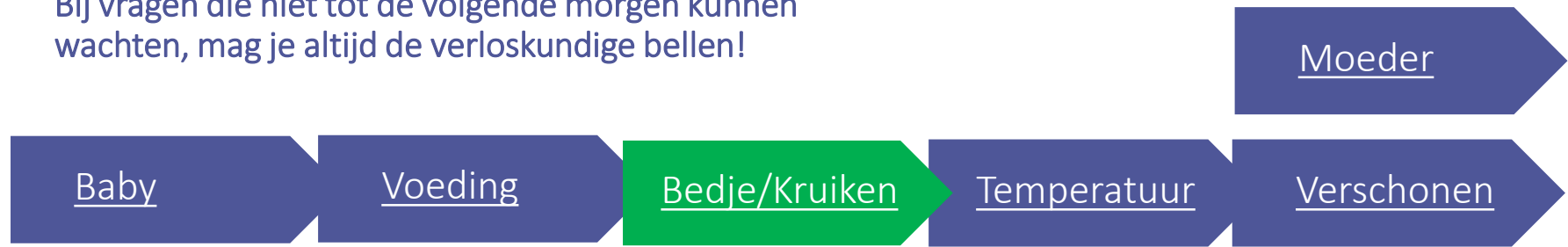
### Kunstvoeding

- 1 afgestreken schepje kunstvoeding (poeder) op 30 cc handwarm water ( $\pm 37^{\circ}\text{C}$ ).
- Water afmeten in de fles.
- Water warm maken in magnetron of gekookt water mengen met koud water.
- Altijd controleren of de voeding niet te warm is. Dit doe je door op de binnenkant van de pols een druppel voeding uit de fles te laten vallen.
- De baby mag om de 3 uur 10 tot 20 cc drinken.



## Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



### Bedje

- Leg nooit een zeiltje in het bedje van de baby.
- Haal Aerosleep (topper) uit het bedje, zolang er kruiken worden gebruikt.



- Gebruik lakentje en dekentje om bedje op te maken.
- Bedje kort opdekken: voetjes baby raken achterkant van bedje net niet, hydrofiel luier onder hoofdje baby, dubbelgevouwen dekentje wat tot kin baby komt.



- Baby ligt op rug in bed, hoofdje na elke voeding draaien.



### Kruiken

Vul een kruik nooit met kokend water zonder toezicht van een professional.

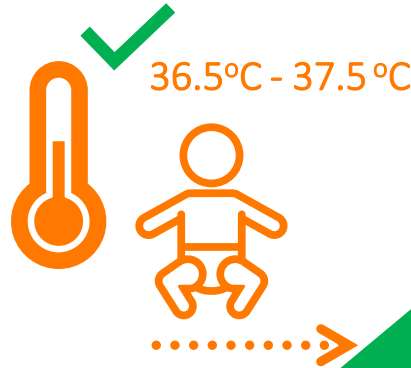


Zie instructie op Babybalance. (Scan of klik op bovenstaande QR-code.)



## Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



**Evt. Baby opwarmen** met bloot op bloot. Baby tot op luier uitkleden, mutsje op houden. Bloot op ontbloot bovenlichaam van één van de ouders leggen, dekbed of deken over de baby leggen.

- Juiste temperatuur van de baby ligt tussen de 36.5°C en 37.5 °C.
- Baby bij iedere voeding temperaturen.
  - o Temperatuur tussen 36.5 °C en 37.2 °C → mutsje op en kruik erbij.
  - o Temperatuur boven de 37.2 °C → mutsje ophouden, kruik uit bed.
  - o Temperatuur onder de 36.5 °C en boven de 37.5 °C → verloskundige raadplegen!



## Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



**Bijzonderheden bij verschonen:**

- Zwarte, 1e, ontlasting baby is lastig te verwijderen. Tip! Smeer na het schoonmaken van billen zelf/vaseline op billen van de baby.
- Urine van baby kan oranje/rood verkleurd zijn, dit zijn uraten. Bij twijfel mag je de luier bewaren.
- Bij meisjes kan er slijm uit vagina komen. Evt. samen met bloed, dit heet pre-menstruatie en kan geen kwaad.



←- Baby iedere voeding verschonen.



←- Graag temperatuur baby, voedingstijden en plas- & poepluiers noteren in [bijgeleverde tabel](#).

←...- Bijzonderheden bij verschonen.



## Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!



- Graag 1<sup>e</sup> avond/nacht niet alleen naar toilet/badkamer, je kunt door vermoeidheid en bloedverlies duizelig worden.
- Voor iedere voeding gaan plassen + naspelen met water.
- Je moet binnen **4 tot 6 uur**, na geboorte van de placenta geplast hebben.
- Je kunt stolsels/bloedproppen verliezen, zelfs tot vuistgrootte. Verlies je **meer dan 2 grote stolsels**? Dan de verloskundige bellen!
- Bij veel bloedverlies, kraamverband **binnen half uur** doordrenkt → verloskundige bellen!





Start

### Instructies – 1e nacht

Bij vragen die niet tot de volgende morgen kunnen wachten, mag je altijd de verloskundige bellen!

Moeder

Baby

Voeding

Bedje/Kruiken

Temperatuur

Verschonen



Tijdstip	Geëindigd met	Aantal cc gekolfd	Aantal cc bijvoeding	Aantal cc kunstvoeding	Urine	Ontlasting	Temp.	Opmerkingen
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		
	<input type="checkbox"/> Links <input type="checkbox"/> Rechts				<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee		

**Instructie:**  
Dit schema vind je in jouw zorgplan, hier kun je alle info overzichtelijk noteren voor de kraamverzorgende.

**Tip!** Je kunt ook altijd de gebruikte luiers bewaren.