

# Te vroeg geboren

**Deze folder geeft u informatie over te vroeg geboren kinderen. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.**

**In de eerste maanden kunnen te vroeg geboren kinderen anders reageren dan op tijd geboren kinderen. Het is fijn om hier iets meer over te weten.**

Door wat te vertellen over het gedrag van te vroeg geboren kinderen willen wij u houvast bieden in deze nieuwe situatie. Het is belangrijk om de signalen die uw baby al vanaf de geboorte in staat is te geven te leren kennen en begrijpen. Door goed naar uw kind te kijken, naar zijn/haar specifieke gedrag, kunt u veel over hem/haar leren. Door bij uw kind te zijn, met hem/haar te praten en hem/haar vast te houden, gaat hij/zij u beter leren kennen.

## Het vader- en moedergevoel

Voor veel ouders brengt de geboorte van een te vroeg geboren kind veel zorgen met zich mee. Vragen als: "Blijft mijn kindje wel leven?" en "Komt alles goed?" maken dat blijdschap vaak vermengd is met bezorgdheid.

Uw kindje ligt in de couveuse aan allerlei snoertjes en slangetjes. Bovendien zorgen er zoveel andere mensen voor uw kind, dat u misschien helemaal niet het gevoel heeft dat het kind in de couveuse wel uw kind is.

Dat vader- of moedergevoel wordt niet tegelijkertijd met uw kind geboren. Het is een band die moet groeien doordat u uw kind verzorgt.

Het kind heeft al in de baarmoeder contact met moeder, door het herkennen van haar stem. Eenmaal geboren zijn ouders een vaste factor, het kind kan op hen rekenen en zo vertrouwen krijgen in de wereld. Tijdens de verzorging of medische handelingen kunt u uw kind helpen door hem/haar te troosten, door een fopspeen te geven of iets vast te laten houden.

## Contact maken met uw kind

De lichaamstaal van uw kind geeft aan wanneer het open staat voor contact of dat hij/zij dit juist niet wil of kan.

Uw kind staat open voor contact wanneer hij/zij:

- rustig en alert is
- de armen en benen ontspannen en iets gebogen zijn
- rustig ademt en een mooie kleur heeft
- een ontspannen gezicht heeft

Dit is dan het moment om uw kind aan te kijken, met hem/haar te praten en aan te raken. Afhankelijk van de ontwikkeling is hij/zij soms maar kort in staat dit contact vast te houden. Als het kind zeer jong of ernstig ziek is, kan dit contact minder zijn. Als het ouder wordt en de gezondheid verbeterd is, wordt het contact maken makkelijker en het contactmoment gaat ook langer duren.

Te vroeg geboren (Archief)

Als uw kind moe of verdrietig is, laat hij/zij dit zien door:

- kleurveranderingen
- sneller of onregelmatiger ademen
- wegstaren
- slaperig worden
- overstrekken
- huilen
- gespreide handen met gestrekte vingers (stop)
- vuist maken
- fronsen

Het is dan tijd om uw kindje rust te geven.

In de baarmoeder had uw kind verschillende manieren om zich prettig te voelen. Zoals zuigen, iets vasthouden, handjes naar het gezicht brengen of ergens tegenaan duwen. Dit kan nagebootst worden door hem/haar in een ronde houding te leggen. Maak een nestje met een opgerolde molton en zorg ervoor dat hij/zij de handjes bij het gezicht kan brengen en dat het met de voetjes tegen de molton aan kan duwen. Ook een fopspeen of iets om vast te houden kan rust geven.

Door op deze manier naar uw kind te kijken, ontdekt u steeds sneller waar uw kind behoefte aan heeft en wat hij/zij prettig vindt.

### **Thuis**

Wanneer uw kind mee naar huis mag, denken veel ouders dat hun kind gelijk is aan een net geboren, voldragen baby. Toch klopt dit niet, er zijn zeker verschillen.

Een te vroeg geboren kind is de eerste maanden soms snel overprikkeld. Ze schrikken bijna zonder dat er aanleiding voor is.

Dit is het gevolg van onrijpheid van de hersenen.

De bewegingen zijn in de eerste tijd vaak anders. Sommige kinderen voelen 'slap' aan, andere kinderen hebben juist veel spierspanning. Dat uit zich in spastisch lijkende bewegingen en een starre lichaamshouding. Ze maken dan een holle rug als ze op de arm worden genomen. Hierdoor kan het drinken moeizamer gaan. Advies van de fysiotherapie kan hierbij hulp geven.

Het te vroeg geboren kind slaapt meer. Als het wakker is, is hij/zij minder actief maar vaak wel onrustiger. De periodes van slapen en waken zijn vaak korter en wisselen elkaar sneller af. Hij/zij kan vaak 's nachts onrustig zijn. Dit komt omdat het kind niet de kans heeft gekregen een natuurlijk ritme op te bouwen, omdat het in de couveuse regelmatig werd gestoord, ook 's nachts. Het doorslapen laat dan ook wat langer op zich wachten. Je ziet dit vaak pas op de gecorrigeerde leeftijd van zes tot acht maanden.

Sommige kinderen huilen de eerste maanden veel. Vaak heeft het kind niet de kracht om hard te huilen, maar huilt lang, zacht en klagend. Dit komt waarschijnlijk omdat allerlei lichaamsprocessen nog verder moeten rijpen. Een baby die veel huilt heeft er behoefte aan getroost te worden en te voelen dat er voor hem/haar wordt gezorgd.

Voor ouders is het frustrerend als ze hun kind moeilijk kunnen troosten. Een voeding, een schone broek, zelfs lekker bij een van de ouders liggen brengt soms geen troost.

Wanneer elke inspanning beloond wordt met een baby die blijft huilen, kun je als ouder geïrriteerd raken. Boos worden

Te vroeg geboren (Archief)

helpt niet. Dan is het verstandig jezelf en je kind te 'beveiligen'. Zoek even ontspanning zonder uw kind. Vraag of iemand anders het even van je over kan nemen. Eigen spanning heeft namelijk een averechts effect op de onrust van uw kind, bovendien komt u zo een moeilijke periode beter door.

### **Het eerste lachje**

Op het eerste lachje moet soms lang worden gewacht. Het kind slaapt nog veel en is weinig actief. Vaak is het alleen wakker tijdens het drinken. Voor knuffelen en spelen daarna heeft hij/zij geen energie meer over. Probeer hierin geduldig te zijn en overprikkelingen te vermijden. Geniet van de korte momenten van oogcontact en let op de lichaamstaal van uw kind. Contact is er zeker, het kind herkent uw lichaamsgeur en vindt het heerlijk om tegen uw aan te liggen.

### **Drie maanden**

Aan veel te vroeg geboren kinderen is na drie maanden nog duidelijk te merken dat ze te vroeg geboren zijn. Ze zijn dan wel flink gegroeid, maar zijn ten opzichte van hun op tijd geboren leeftijdgenootjes nog steeds klein.

Meestal slapen ze nog veel en moeten vaak nog voor de voeding worden wakker gemaakt. Buiten de baarmoeder groeien vraagt veel energie, hierdoor houden te vroeg geboren kinderen weinig energie over om je aan te kijken en te glimlachen. Terwijl ouders juist deze dingen zo leuk vinden. Probeer het contact niet te dwingen. Over een tijd gaat het vanzelf. Lekker bij papa of mama liggen is nu voldoende. Geduld is erg belangrijk. Probeer de dingen die uw kind doet na te doen. Bijvoorbeeld de geluidjes die het maakt. U zult zien dat uw kind dit prettig vindt.

In de eerste periode is voeding erg belangrijk. Hier moet uw kind van groeien. Veel ouders besteden hier bijzonder veel aandacht aan. Dit komt door de gedachte, hoe sneller mijn kind groeit hoe meer hij lijkt op een 'gewone baby'. Na een tijdje groeit het zelfvertrouwen en vindt u het geen ramp dat de baby niet precies alles opdrinkt. Als u twijfelt over de groei, bespreek het met de kinderarts of op het consultatiebureau.

### **Zes maanden**

Na zes maanden wordt het contact makkelijker. Uw kind gaat meer oogcontact en geluidjes maken. Soms merkt u dat het toch nog moeilijk is. Hij/zij maakt dit duidelijk door het lichaam te strekken, hoofd wegdraaien en soms te huilen. De verschillen met op tijd geboren kinderen verdwijnen meestal in de loop van het eerste en tweede jaar.

Te vroeg geboren kinderen zijn dus zeker anders dan op tijd geboren kinderen. Ze hebben nog te weinig energie om contact te maken terwijl ouders dit juist na de ziekenhuisperiode zo graag willen. Het is te begrijpen dat ouders dit soms zouden willen forceren. Toch zult u merken dat alleen koesteren het beste is. Lukt dit niet, praat er dan over met mensen in uw omgeving. Steun uit uw omgeving kan helpen om deze moeilijke tijd wat makkelijker door te komen.

Neem de tijd en het geduld om uw kindje te leren kennen.

### **Tot slot**

Deze informatie kan nooit volledig zijn. Heeft u na het lezen hiervan nog vragen dan kunt u contact opnemen met de Kinderafdeling, 088 125 43 25.