



## **Wanneer geef je genoeg borstvoeding? - 13/08/2007**

Waarom kun je merken dat je baby genoeg melk krijgt wanneer je uitsluitend borstvoeding geeft?

Als hij in de eerste maanden gemiddeld tussen de 50 en 200 gram per week aankomt. Borstgevoede kindjes vertonen soms een onregelmatige groei.

De ontlasting is licht van kleur, zacht en heeft geen onaangename geur.

Als je baby per 24 uur 6 tot 8 natte katoenen of 4 tot 6 zware wegwerpluiers heeft. De urine is licht van kleur en reukloos.

Als je de baby tijdens de voeding ritmisch hoort zuigen en slikken.

Als je baby er tevreden en voldaan uitziet na een voeding.

Je baby heeft een mooie gelaatskleur, is niet bleek of grijsachtig en zijn oogjes staan helder.

Let op uitdrogingsverschijnselen: een putje in de fontanel (in lig) kan hierop wijzen. Of wanneer je een beetje huid op zijn armpje tussen duim en wijsvinger neemt en dan weer loslaat, dan mag de huid niet in een plooi blijven staan.

Als je borsten na een voeding soepeler aanvoelen.

Wanneer de baby een groeispurt heeft, zal hij behoefte hebben aan meer voeding. Door het vaker drinken wordt de productie opgevoerd en zal die opnieuw voldoen aan de noden van de baby.

Na die 'hongerdagen' zal hij weer een vast schema krijgen, waarschijnlijk in een ander ritme dan vóór de hongerdagen. Hongerdagen komen voor rond 2 weken, 6 weken, 3 maanden en 6 maanden. Het is vooral belangrijk tijdens deze dagen geen bijvoeding aan te bieden omdat dit de verhoging van de productie tegenhoudt.