

Kraamafdeling  
Kinderafdeling

# Hoe kunt u zien dat uw kind wil drinken

## Vroege voedingssignalen: ik heb honger!



*Armpjes bewegen*



*Mondje gaat open*



*Hoofdje draaien  
en zoeken*

## Voedingssignalen: ik heb echt honger!!!



*Strekken*



*Onrustig bewegen*



*Handje naar mondje*

## Late voedingssignalen: eerst troosten en dan voeden



*Huilen*



*Opgewonden bewegen*



*Rood aanlopen*

## **Je kunt je huilende baby kalmeren door:**

- Knuffelen.
- Zachtjes praten.
- Huid-op-huidcontact.
- Strelen.

## **10 tips bij het geven van borstvoeding**

1. Baby's vinden het fijn om veel bij hun moeder te zijn.
2. Met bloot huid-op-huidcontact leert jouw baby goed drinken.
3. Laat de borsten vaak en goed leegdrinken, dat geeft minder stuwings.
4. Laat je leiden door de signalen van je baby.
5. Hoe meer melk jouw baby drinkt hoe meer melk jij gaat maken.
6. Neem de tijd om het geven van borstvoeding te leren.
7. Alle baby's en moeders zijn uniek en krijgen een eigen voedingsritme.
8. Nachtvoedingen zijn normaal tijdens de hele periode dat je borstvoeding geeft.
9. Jouw baby drinkt genoeg als hij per dag minstens 6 flinke natte luiers maakt.
10. Geniet van elkaar en neem voldoende rust.

## **Meer informatie over het geven van borstvoeding**

- La Leche League Nederland  
[www.lalecheleague.nl](http://www.lalecheleague.nl)
- Nederlandse Vereniging van Lactatiekundigen  
[www.nvlborstvoeding.nl](http://www.nvlborstvoeding.nl)

***Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?***

*Wij ontvangen ze graag via [folders@mijnantoniushuis.nl](mailto:folders@mijnantoniushuis.nl)*