

Geboortecentrum / Neonatologie

Kangoeroeën

Buidelen met je kind

Inleiding

Je kindje is opgenomen op de afdeling Neonatologie en ligt waarschijnlijk in de couveuse. Een spannende tijd. Om het hechtingsproces tussen jou en je kind te versterken, is lichamelijk contact heel belangrijk. Een fijne methode hiervoor is de kangoeroemethode. We noemen dit ook wel 'kangoeroeën' of 'buidelen'. In deze folder lees je meer over de kangoeroemethode. We leggen uit wat het is en hoe je het op de juiste manier doet.

Kangoeroeën

Wat is kangoeroeën?

Bij kangoeroeën ligt je kind op jouw borst, tegen je blote huid aan. Je kindje heeft alleen een luier aan en eventueel een mutsje op. Het huid-op-huidcontact ondersteunt het hechtingsproces tussen jou en je kind. De naam komt van de kangoeroemoeder die haar jongen in haar buidel draagt, zodat ze kunnen rijpen en groeien.

Waarom is kangoeroeën goed?

Te vroeg geboren en/of te kleine baby's liggen een groot deel van de dag in de couveuse. Door je kind op jouw borst te leggen, geef je je kind rust, comfort en veiligheid. Je bouwt zo een band op met je kind. Maar er zijn nog meer voordelen:

- Kangoeroeën heeft een gunstig effect op de ademhaling en hartslag van je kind.
- De zuurstof wordt beter over alle delen van het lichaam van je kind verdeeld.
- Kangoeroeën ondersteunt de slaapcyclus van je kind. De slaapcyclus duurt gemiddeld tussen de 45 en 60 minuten.
- Het zorgt ervoor dat je kind de lichaamstemperatuur beter kan regelen.
- Kangoeroeën stimuleert de melkproductie van de moeder.
- Het helpt je kind om te leren drinken aan de borst.
- Onrustige baby's worden vaak rustig van kangoeroeën en vallen in slaap.
- Je voelt je tijdens het kangoeroeën meer betrokken bij je kind.
- Je krijgt meer vertrouwen om goed voor je kind te kunnen zorgen.

En het is natuurlijk ook gewoon heel fijn om je kind dichtbij je te hebben!

Zo kangoeroe je goed

- Zorg voor een schone huid: je pasgeboren kind is nog vatbaar voor infecties.
- Draag geen parfum en wissel niet van douchegel of deodorant. Je kind zal zo snel vertrouwd raken met jouw geur.
- Rook niet voor het kangoeroeën; tabaksgeur is niet goed voor je kind.
- Het is handig als je kleding aan hebt die aan de voorkant open kan. Bijvoorbeeld een blouse, vest of badjas. Voor optimaal huid-op-huidcontact kun je je bh of hemd uitdoen.
- Ga ontspannen zitten of liggen. Zorg dat je je comfortabel voelt.
- Leg je kind op je ontblote borst. Je kind draagt alleen een luier en eventueel een mutsje.
- Dek de rug van je kind toe met een deken.
- Zorg dat het gezichtje van je kind naar links of rechts is gedraaid en dat het hoofdje en lichaam op één lijn liggen. Zorg dat je kind niet met de kin op de borst ligt, want dan kan hij of zij niet goed ademen. Het neusje moet vrij zijn.
- Zorg dat de knieën van je kind zijn opgetrokken. Je kunt een hand onder de billen houden om steun te geven.
- Je kindje bewonderen? Met een spiegel kun je het gezicht van je kind zien.
- Vind je het spannend om te kangoeroeën? Vraag uitleg aan de verpleegkundige. Die helpt je graag.
- Heb je meer ervaring met kangoeroeën? Dan kun je je kind zelf uit de couveuse of het bedje halen en na afloop weer terugleggen.
- Neem de tijd voor het kangoeroeën. Het advies is om minimaal 1 uur te kangoeroeën vanwege de slaapcyclus van je kind. Langer buidelen mag altijd!

Kangoeroe-tips

- Vermijd prikkels en afleiding. Het huid-op-huidcontact, het geluid van jouw hartslag en jouw warmte en geur zijn voldoende voor je kind. Geniet van de rust tijdens het kangoeroeën en probeer bezoek dan te beperken.
- Praat of zing zachtjes tegen je kind. Je zult merken dat kind je stem herkent.
- Kangoeroeën kan met mama én papa.
- Buidel je als moeder en je kind is wakker? Zorg er dan voor dat de mond van je kind dicht bij je tepel komt. Zo nodig je je kind uit om contact te maken met je borst. Je kind kan de voeding dan ook ruiken. Dit is de eerste stap op weg naar het geven van borstvoeding. Wil je daar meer over weten? Lees dan de folder Kolfdagboekje.

Kangoeroeën is goed voor je kind en in bijna alle omstandigheden mogelijk. Je kunt dus thuis ook met je kind blijven kangoeroeën. Het geeft jou en je kind rust en ontspanning.

We wensen je veel buidelplezier !

Vragen?

Heb je vragen of wil je je ervaringen of emoties bespreken? Geef het gerust aan bij de verpleegkundigen.

Je kunt altijd bij ze terecht.

Geboortecentrum

VieCuri

Afdeling Neonatologie / Couveusesuites

☎ (077) 320 58 24

Geboortecentrum Noord Limburg

Professor Gelissensingel 20

5912 JX Venlo

☎ (077) 320 55 55

internet: www.geboortecentrumnoordlimburg.nl

