

Geboorteaangifte

Uw kindje moet worden aangegeven bij de ambtenaar van de burgerlijke stand van Brugge. Dit dient te gebeuren binnen de 15 dagen, dag van geboorte niet meegerekend. Is de laatste dag een zaterdag, zondag of wettelijke feestdag dan is de uiterste dag de eerstvolgende werkdag. De identiteitskaart en huwelijksboekje/erkenningssakte zijn reeds aanwezig op de burgerlijke stand en worden teruggegeven bij aangifte samen met de nodige papieren voor mutualiteit, werkgever, kraamgeld, kinderbijslag e.d.

Adres:

Administratief centrum 't brugse vrije - Burg 11 - 8000 Brugge

Openingsuren:

maandag tot vrijdag 8.30u – 12.30u, dinsdag 14.00u – 18.00u, zaterdag 9.00u – 11.45u.

Controle gynaecoloog

U dient op controle te gaan bij de gynaecoloog ongeveer 5-6 weken na de bevalling (privé of in het ziekenhuis). Gelieve hiervoor tijdig een afspraak te maken.

Ondertussen volgende raadgevingen in acht nemen:

- Neem geen ligbad.
De baarmoederhals is nog niet volledig gesloten waardoor het badwater evt. bacteriën kan binnenbrengen. De kans op een infectie kan hierdoor groter worden. Bovendien heeft verweking van episiotomie/ruptuur een negatieve invloed op het genezingsproces. Het nemen van een dagelijkse douche is noodzakelijk. Spoel de intieme zone regelmatig na toiletbezoek.
- Geen tampons gebruiken, wel maandverbanden.
- Stel seksuele betrekkingen uit tot na de controle bij uw gynaecoloog. Bespreek vooraf met uw partner de mogelijke anticonceptie.
- Neem contact op met de gynaecoloog of huisarts bij aanhoudende hoge koorts of abnormaal bloedverlies (ruim helderrood – klonterig – sterk ruikend verlies).

Baby

- Kind & Gezin
De ontwikkeling en de groei van uw baby wordt gratis en vrijblijvend opgevolgd tot de leeftijd van 2 jaar door K&G. Binnen 10 dagen na ontslag krijg je bezoek van de verpleegkundige na telefonische afspraak.
- Koorts
Indien de temperatuur van je baby > 38° bedraagt gedurende twee opeenvolgende voedingen (dus >6u) dient u een kinderarts te raadplegen.
De normale temperatuur ligt tussen 36.5 en 37.5°C.
- Hardnekkig braken
Braken in meer dan de helft van het aantal voedingen en in ruime hoeveelheid. Concreet: vanaf 3 tot 4 maal braken per dag. Ook dan neemt u contact op met de kinderarts.
- Verzorging navelstreng
Reinig de navelbasis 2 à 3 maal per dag met kompres en water. De navelstreng valt gemiddeld 5 tot 15 dagen na de geboorte af. Indien niet, verder blijven reinigen. Bij roodheid rond de navelbasis raadpleegt u eveneens de kinderarts.
- Gewicht
Na maximum 2 weken zou uw baby zijn geboortegewicht terug moeten hebben.

- Uitscheiding
Op voorwaarde dat de baby goed blijft drinken, kan de baby 6 tot 7 dagen lang geen stoelgang maken. Het is ook niet uitzonderlijk dat hij/zij 7 stoelgangpampers per dag heeft. De stoelgang is mogelijks heel slap. Wij spreken echter pas van diarree wanneer de baby slappe stoelgang heeft én hierbij ook temperatuur maakt (>38°).
- Regelmaat en eenduidigheid overdag
Baby wordt wakker – verversen – knuffelen – voeding aanbieden en aansluitend terug in bed om te slapen.
Indien u uw baby na de voeding lang bij zich houdt en nadien in bed legt is de kans groot dat hij/zij hierdoor wakker wordt en onrustig blijft.
- Eenduidigheid in plaats
Het is belangrijk uw baby op dezelfde plaats te laten slapen. Overdag is dit meestal in een park waar de baby wordt blootgesteld aan prikkels (televisie, stofzuiger, muziek,...). 's Nachts echter is het belangrijk uw baby mee te nemen naar boven waar u hem in uw kamer of een aparte kamer laat slapen, waar het donker is en absolute rust en stilte heerst. Op die manier zal hij ook een dag - nachtritme ontwikkelen.
- Huilen
Huilen kan een manier zijn waarop de baby zichzelf laat inslapen. U hoeft de baby dus niet direct uit bed te nemen als hij/zij huilt.
- Voedingen
De tijd tussen een voeding overdag bedraagt minimum 2 uur en maximum 4 uur, gerekend vanaf het begin van de voorgaande voeding.

Krampen

Bij krampen kun je de volgende handelingen toepassen en die kunnen het ongemak wat draaglijker maken:

- Massage van de buik
Plaats de vingertoppen van de rechterhand boven de navel van de baby en de vingertoppen van de linkerhand onder de navel van de baby.
Maak met de vingertoppen cirkels rond de navel in de richting van de wijzers van de klok. (Dit is met de darmwerking mee.) Doe dit een 5 tot 10 keer.
Plaats daarna je vingertoppen thv de linkerliesplooï en maak kleine cirkeltjes over de navel naar de rechterliesplooï. Herhaal ook 5 tot 10 keer.
Om het buikje makkelijk te kunnen masseren kun je wat lauwe (amandel)olie gebruiken.
- Knietjes plooien
Neem de voetjes vast, plooi de knietjes en druk deze tegen het buikje, houdt enkele seconden aan.
Blijf de voetjes vasthouden en de knietjes geplooid, draai nu de knietjes in de wijzers van de klok in de buik.
- Warmte en buiklig
U kan lokaal warmte aanwenden onder de vorm van een kersenpitkussentje of warmwaterkruik. Plaats dit tegen het buikje van uw baby.
Door uw baby op de buik te leggen wordt er druk op het buikje uitgeoefend wat de krampen kan verlichten. U kan ook de baby met de buik op de onderarm plaatsen. Door dan met uw vrije hand op de rug te drukken zal de buik op uw arm gedrukt worden.

Huiluurtje

Sommige baby's hebben last van huilbuien zonder enige aanleiding. Op zulke momenten kan je je verhelpen door het geven van een badje, het gebruik van een draagdoek of het geven van babymassage.

Onderhoud flessen

Heel belangrijk is het onderhoud van je flessen. Het huishoudelijk reinigen van de flessen is belangrijker dan het steriliseren zelf. Na elk gebruik dien je de fles met warm water goed uit te wassen. De melk niet laten staan in de fles om bacteriegroei tegen te gaan!

Wiegedood

- 1) Leg uw baby bij voorkeur in ruglig of zijlig. Buiklig is tegenaangewezen tenzij u in de buurt bent om uw baby in de gaten te houden. Plaats geen steunkussentjes in het bed van uw baby.
- 2) Zorg voor een veilige omgeving in de wieg of het bedje.
 - Dek uw baby t.e.m. de schouders toe.
 - Maak het bed 'kort' op, dwz de voeten bij het voeteneind.
 - U gebruikt best geen donsdekentje. Eerder een laken met wollen / katoenen / fleecedeken.
 - Stop het laken en deken stevig onder de matras.
 - Geen speelgoed in bed, geen mobiel erboven, geen hoofdkussens gebruiken. Indien u wel iets in bed wenst te leggen, dan best bij het voeteinde. Een kleine lapjesknuffel en/of muziekdoosje mag wel. (eenmaal opdraaien)
 - Goed passende matras in de wieg of het bedje.
 - Max 8cm tussen de spijlen van het bed.
 - Geen huisdieren in de ruimte waar baby slaapt.
 - Zorg ervoor dat de matras goed lucht doorlatend is.
 - Verlucht de kamer waar baby slaapt iedere dag.
- 3) Voorkom dat baby te warm ligt.
 - Voor baby's onder de 8 weken mag de kamertemperatuur waar baby slaapt niet meer dan 20°C bedragen, voor oudere baby's max. 18°C.
- 4) Blijf in de nabijheid van uw baby.
 - Uw natuurlijke waakzaamheid verlaagt het risico. Slaap echter nooit met baby in hetzelfde bed.
- 5) Een rokerige omgeving verhoogd de kans op wiegedood.
- 6) Geef bij voorkeur borstvoeding of gebruik een speen.
 - Er zijn aanwijzingen dat een speen risicoverlagend is. borstvoeding is dat ook.
- 7) Vermijd medicatie die slaapverwekkend werkt.
- 8) Let op rust en regelmaat

Volgende kinderartsen zijn steeds aanwezig: Dr. Degomme Patrick
Dr. Depoorter Sylvia
Dr. D'Hooghe Ann

Tel consultatie pediatrie: 050/45 27 40

Indien u problemen/vragen hebt mag u ons steeds contacteren op het nummer 050/45.30.75.
Veel succes thuis en geniet ervan!!!