

Vragen of problemen thuis?

Aarzel niet om contact op te nemen als je vragen of problemen hebt rond de flesvoeding. Je kunt altijd terecht bij:

- onze Materniteit via (t) 016 80 99 17
- Kind & Gezin via (t) 078 150 100
info@kindengezin.be
www.kindengezin.be



RZ Heilig Hart Tienen

Campus Mariëndal

Kliniekstraat 45 3300 Tienen
(t) 016 80 95 00

Campus St. -Jan

Houtemstraat 115 3300 Tienen
(t) 016 80 95 00

Medisch Centrum Aarschot

Langdorpsteenweg 129 3200 Aarschot
(t) 016 55 17 11

www.rztienen.be

iedereen 
Vriendelijk Inlevend Professioneel
met zin voor Initiatief

patiëntenwijzer

Flesvoeding



rz **tienen**

regionaal ziekenhuis
heilig hart tienensz



Je hebt gekozen om flesvoeding aan je baby te geven. Op de Materniteit starten we steeds met een standaardflesvoeding. De kinderarts schrijft indien nodig een andere zuigelingenvoeding voor, die het best bij de behoeften van je baby aansluit (bv. in functie van het gewicht, bij een allergie).

Je baby drinkt

.....

.....

Flesvoeding bereiden

Voor een juiste, veilige bereiding ga je als volgt te werk.

- Was je handen met water en zeep.
- Gebruik steeds een gesteriliseerde fles.
- Bereid de voeding fles per fles voor. Het is belangrijk dat je de juiste hoeveelheid poeder gebruikt.
 - ✓ 1 afgestreken maatje in 30ml water
 - ✓ 2 afgestreken maatjes in 60ml water
 - ✓ 3 afgestreken maatjes in 90ml water
 - ✓ 4 afgestreken maatjes in 120ml water
- Rol het gevulde flesje tussen beide handen om klonters te voorkomen.
- Het flesje kun je opwarmen in een flessenverwarmer of in de microgolfoven.
 - ✓ Bij opwarming in de microgolfoven mag je het flesje niet afsluiten, zodat de warmte kan ontsnappen.
 - ✓ Schud het flesje en controleer de temperatuur van de melk op de binnenkant van je pols.
- Heeft je baby voldoende gedronken, giet dan het teveel weg. Afgekoelde melk mag niet opnieuw opgewarmd worden. Spoel onmiddellijk nadien de zuigfles en het speentje goed uit.
- Eénmaal per dag moeten de flessen en speentjes gesteriliseerd of afgekookt worden.
 - ✓ 10 min. is voldoende voor de flessen.
 - ✓ 3 min. is voldoende voor de speentjes.
- Voeg een soeplepel azijn toe aan het water om kalkaanslag te voorkomen.
- Berg nadien de flessen afgesloten op.

Enkele tips

- Noteer altijd datum van opening op de doos melkpoeder. Na opening is het slechts 1 maand houdbaar.
- Gebruik niet-bruisend mineraalwater uit flessen met vermelding 'geschikt voor babyvoeding'. Bewaar een geopende fles water in de koelkast en gebruik ze binnen de 3 dagen op.
- Drinkt je baby de flesjes altijd leeg, dan kun je bij de volgende voeding meer geven. Begin met 1 afgestreken maatje poeder in 30 ml water extra.
- De eerste 10 dagen geef je je baby om de 3 à 4 uur een flesje, zodat hij in totaal 6 à 7 voedingen op een dag (24 uur) krijgt. De kinderarts en verpleegkundige van Kind & Gezin bespreken met jou hoe je nadien het best de voedingen aan de behoeften van je baby aanpast.
- Geef je baby de kans om te boeren door hem na de voeding goed rechtop te houden en wacht ongeveer 15 min vooraleer hem weer in zijn bedje te leggen.
- Verander nooit op eigen initiatief van melkpoeder. Raadpleeg altijd eerst de kinderarts of de verpleegkundige van Kind & Gezin.
- Koop de eerste leeftijdsmelk steeds in de apotheek. Er wordt zuigelingenvoeding in zowel poedervorm als vloeibare vorm aangeboden.