



FINE

Family and Infant Neurodevelopmental Education

Ontwikkelingsgerichte zorg in de geboortezorg

www.jijwij.nl

GEFELICITEERD!

Je bent zwanger of jullie zijn net ouders geworden en dan komen verschillende dingen op jullie af. In deze folder gaan wij jullie uitleggen wat ontwikkelingsgerichte zorg bij pasgeborenen is en hoe jullie dit als ouders zelf kunnen toepassen.

Neurologische ontwikkeling

Een heel belangrijk proces in de ontwikkeling van de hersenen zijn de verbindingen tussen de verschillende hersencellen. Deze ontwikkeling begint al voor de geboorte maar het belangrijkste deel van dit proces vindt plaats tijdens de eerste levensmaanden en jaren. De ontwikkeling wordt beïnvloed door verschillende prikkels die pasgeborenen krijgen. Wanneer een pasgeborene veel negatieve prikkels ervaart zal dit een nadelig effect hebben op de verdere hersenontwikkeling. Een liefdevolle en stimulerende ontwikkeling draagt bij aan een betere hersenontwikkeling.



Observeren

Iedereen is uniek en de ene persoon heeft daarom ook andere wensen en behoeften dan de ander. Zo is ook elke pasgeborene uniek. De zorg die gegeven wordt aan pasgeborenen moet daarom afgestemd worden per individu. Wij observeren jullie kindje op zijn/haar gedrag en stemmen de zorg hier vervolgens op af. Het is belangrijk dat jullie dit als ouders ook leren zodat jullie je kindje volledig leren kennen en de zorg, ook voor thuis, op elkaar kunnen afstemmen. Daarnaast zijn jullie als ouders ook uniek. Het is voor ons als zorgprofessionals daarom heel belangrijk dat de zorg per situatie wordt afgestemd op de wensen en behoeften van ouders, mits dit medisch verantwoord is. Het observeren van jullie kindje is essentieel voor het succesvol toepassen van geïndividualiseerde ontwikkelingsgerichte zorg. Pasgeborenen laten ons door middel van gedrag zien wat zij aankunnen, waar ze nog extra steun bij nodig hebben, hoe succesvol of juist kwetsbaar ze zijn en hoe zij zich kunnen aanpassen aan hun omgeving.

Wanneer jullie kindje laat zien dat hij moe is betekent dit dat hij rust nodig heeft. Tekenen van vermoeidheid kunnen zijn: gapen, niezen of wegdraaien van tepel of speen. Op deze momenten kun je je kindje het beste rust bieden door met hem of haar te buidelen (bloot op bloot knuffelen), in het bedje te leggen, een rustige omgeving bieden en eventueel bezoek te beperken.

Stress, pijn en comfort

Een pasgeborene kan zich verbaal niet uitdrukken en daarmee de intensiteit en aanwezigheid van pijn niet aangeven. Zowel pijn als stress wordt zichtbaar door gedrag. De gevolgen van pijn en/of stress op de korte termijn kunnen onder ander verstoorde slaapcyclus, hogere ademhaling en hartslag en een lage bloedsuiker zijn. Stresssignalen kun je herkennen aan: opgetrokken wenkbrauwen, fronsen, wegdraaien van speen of tepel, bewegingsonrust en huilen.

Wanneer jullie kindje tekenen van pijn of stress vertoont kunnen jullie als ouders zelf een aantal dingen doen om jullie kindje comfort te bieden. Buidelen kan de mate van pijn en/of stress bij jullie kindje verminderen. Daarnaast is het belangrijk, zoals bij het kopje observeren is beschreven, om een rustige omgeving te bieden. Wanneer dit niet helpt vraag een professional om hulp. Soms hebben pasgeborenen een paracetamol zetablet nodig om meer comfortabel te worden. Wanneer dit bij jullie kindje het geval is kunnen wij dit, in overleg met jullie, geven.

Buidelen

Buidelen betekent huid op huid knuffelen met jullie kindje. Buidelen is een krachtige en toegankelijke manier om de gezondheid en het welzijn van jullie kindje te bevorderen. Door te buidelen komt het stofje oxytocine vrij bij jezelf maar ook bij jullie kindje. Oxytocine wordt ook wel het knuffelhormoon genoemd en zorgt onder andere voor:

- Het stimuleren van aanmaak van melk en toename van borstvoedingssucces.
- Het helpt de opgeslagen voedingsstoffen vrij te maken.
- Het kalmeert ouders waardoor pasgeborenen ook rustiger worden.
- Het helpt pasgeborenen op temperatuur te blijven.
- Het zorgt voor een betere hechting en binding.
- Minder kans op infectie bij pasgeborenen.
- Meer fysiologische stabiliteit en meer gewichtstoename.
- Minder pijn en stress.

Naast de vele voordelen kunnen er een aantal obstakels voorkomen waardoor het buidelen niet lukt. Wanneer dit het geval is kunnen jullie je kindje zacht aanraken door bijvoorbeeld het handje of voetje vast te houden, je hand op het hoofdje of rug te leggen en tegen hem/haar te praten.

Dagelijkse verzorging

Elke dag zijn er verschillende verzorgmomenten die jullie kindje moet ondergaan. Zo wordt jullie kindje dagelijks een aantal keren verschoond en wordt hij/zij regelmatig gewogen en in bad gedaan. Deze handelingen kunnen, vooral in het begin, veel energie kosten. Hoeveel energie dit kost is per pasgeborene verschillend en hangt ook af van verschillende omgevingsfactoren.

De volgende tips kunnen jullie helpen bij de dagelijkse verzorging van jullie kindje:

- Observeer op stress signalen (zie kopje stress/pijn en comfort).
- Bied geborgenheid (denk bijvoorbeeld aan verschonen in zijligging, wegen en badje in een doek).
- Praat tegen jullie kindje en vertel hem/haar wat jullie gaan doen.
- Vermijd fel licht en een drukke omgeving.
- Zorg voor een rustmoment na/tijdens een drukke verzorging (dit kun je bijvoorbeeld doen door te buidelen).

Ondersteuning bieden bij handelingen

Pasgeborenen kunnen te maken krijgen met een vervelende procedure. Het afnemen van bloed door middel van een hielprik of het meten van de glucose zijn voorbeelden van zo'n vervelende procedure. Bij pasgeborenen is het erg lastig om pijn in te schatten en hierop te handelen. Zoals eerder is beschreven is het belangrijk om jullie kindje altijd goed te blijven observeren, vooral wanneer negatieve omgevingsprikkels aanwezig zijn. Er zijn verschillende manieren die kunnen helpen om het voor jullie kindje aangenamer te maken tijdens en na een procedure:

- Jullie kindje vasthouden.
- Kalmeren door jullie stem (praat tegen jullie kindje).
- Buidelen of een hand op zijn/haar lichaam te leggen.
- Helpen met speen/zuigen (hierbij kun je ook je pink gebruiken).
- Borstvoeding of sucrose (suikerwater) geven.

Voeding

Goede voeding voor jullie kindje is erg belangrijk omdat dit de voedingstoestand optimaliseert en zorgt voor het opstarten van de darmen. Daarnaast is het belangrijk voor de ontwikkeling van de motoriek en zuig- en slik reflex. Voeding is belangrijk voor de groei en voor de emotionele en sociale ontwikkeling. De nadruk bij voeding ligt op de ontwikkeling van vaardigheden en bescherming van de voedingservaringen. Jullie kindje geeft aan of hij/zij voedingsbereid is of niet. Het belangrijkste is om naar jullie kindje te kijken:

- Is hij/zij goed wakker?
- Heeft hij/zij voldoende energie om te drinken?
- Is de aandacht gericht op de voeding? (Denk hierbij aan hongersignalen, hoofdje naar de voeding draaien of juist wegdraaien).

Gedurende de voeding: blijft jullie kindje goed alert en blijft de drinktechniek optimaal? Vermoeidheidssignalen gedurende de voeding kunnen zijn: langere pauzes, voeding langs het mondje laten lopen, verslikken, in slaap vallen. Wanneer dit het geval is, pauzeer of stop de voeding dan.

Slaap

Slaap is een vitale, menselijke functie die essentieel is voor de gezondheid. Tijdens de slaapcyclus zijn zowel fysiologische en mentale processen betrokken. Slaap is onder andere belangrijk voor groei en weefselherstel, ontwikkeling van de hersenen, ontwikkeling van de zintuigen, geheugen en leren.

Methoden om slaap te bevorderen:

- Timing → observeer jullie kindje en laat hem/haar, wanneer dit kan, zelf wakker worden.
- Bewaak de slaap van jullie kindje.
- Jouw stem kan ervoor zorgen dat jullie kindje sneller in slaap valt.
- Buidelen verbetert de slaapcyclus.
- Zorg voor een rustige en stille omgeving.
- Vermijd fel licht.

Achtergrond en totstandkoming

FINE is een internationaal programma wat onderdeel is van de NIDCAP. NIDCAP (Newborn Individualized Developmental Care and Assessment Program) is een internationale organisatie die ontwikkelingsgerichte- en kwaliteit van zorg stimuleert bij alle pasgeborenen over de hele wereld. Daarnaast zorgen zij voor verder onderzoek, ontwikkeling en verspreiding hiervan. FINE is ontstaan door een samenwerking tussen trainers en professionals in de NIDCAP in Groot-Brittannië en Nederland. Het team heeft ervaring met de ontwikkelingsgerichte zorg in veel landen wereldwijd.

Omdat we wereldwijd streven naar een betere zorg voor pasgeborenen en ouders, streven ook wij ernaar om deze methodiek toe te passen in de praktijk. Wij nemen jullie als ouders/verzorgers graag mee in deze zorg en hopen u door middel van deze folder op de hoogte te kunnen stellen van de basisprincipes in familie- en ontwikkelingsgerichte zorg.