

Borstvoeding,

Hoera jullie krijgen een kindje!

Zwanger zijn en je voorbereiden op de komst van jullie baby.

Er zijn gelijk zoveel dingen waar je aan moet denken.

Is de kinderopvang geregeld? Waar gaat de baby slapen en in welk bedje?

Willen we borstvoeding of flesvoeding gaan geven?

Ga we cursussen volgen en welke dan?

Allemaal essentiële vragen waar je goed over na wilt denken omdat ze belangrijk zijn voor het welzijn van jullie kindje.

Borstvoeding geven is het logische vervolg op een zwangerschap en bevalling. Het is de meest natuurlijke en effectieve manier om je kindje te voeden, te koesteren en te beschermen.

Het vrouwelijk lichaam is er voor gemaakt en dat van de baby ook. Het is voor veel vrouwen een positieve ervaring om te zien hoe hun kindje groeit en ontwikkeld op de melk die zij zelf maken.

Zeker zou ik aanraden om naar een borstvoeding cursus te gaan.

Het is vaak 1 avond waar in je over zoveel nieuwe dingen hoort wat belangrijk is. Met de gegeven informatie kun je dan een voedingskeuze maken voor je baby.

Borstvoeding geven is niet iets dat een mama alleen doet, dit doe je met z'n drieën. Mama, de baby en de papa.

De papa hoor ik je zeggen? Ja, de papa is ook onmisbaar hierin en speelt zelfs een belangrijke rol bijvoorbeeld met de hamburgerhap.

Als de baby is geboren begint het vlak erna al te zoeken naar de borst van mama, mama haar tepelhofklierjes scheiden de geur af van het vruchtwater en dat ruikt de kleine. Daardoor weet de kleine daar moet ik zijn voor mijn melk.

Al tijdens de eerste slokjes aan borst begint het gouden uurtje, knuffelen ruiken en kijken naar elkaar.

In de kraamweek ga ik als kraamverzorgende en borstvoedingscoach jullie begeleiden in het voeden van jullie kindje. Een kindje wordt de eerste week zo tussen de 8 en 12 keer per etmaal gevoed. De baby begint met de ene borst en eindigt de voeding met de andere borst.

Dit doen we zodat beide borsten gestimuleerd worden om melk te maken.

Aan het eind van de kraamweek hopen we dat er voldoende melk aangemaakt wordt om je kindje langdurig mee te voeden.

Ben je nieuwsgierig geworden of wil je met mij hier over praten ?

Bel of mail mij gerust.

Wil je een borstvoeding cursus doen?

Dan raad ik je aan contact op te nemen met Lactatiekundige Nathalie Weegink

en Borstvoeding coach Marja van der Plas

De cursus is informatief en supergezellig. Neem je partner mee!

<https://www.babyenij.nl/>

<https://www.kraamzorgmarja.nl/informatie-avond-borstvoeding>

Heel veel borstvoeding plezier, en vergeet vooral niet om daar naast nog veel te knuffelen met elkaar!

Kraamverzorgende en borstvoeding coach
Jacqueline Plokker

