Huid-op-huidcontact
Zero Separation

Binnen Fam werken we volgens het principe van Zero Separation. Dit betekent letterlijk dat we in de praktijk streven naar nul scheiding tussen jou en je kind. Zero Separation is een wijze van zorgverlenen waarbij huid-op-huidcontact de basis vormt. Het is een onderdeel van de visie Family Centered & Integrated Care waarbij de wensen, behoeften en belangen van het gezin centraal staan tijdens de zorgverlening.
Bij huid-op-huid contact, ook wel kangoeroeën of buidelen genoemd, ligt je kind met alleen een luier aan op je blote borst. Een muts wordt aanbevolen bij te vroeg geboren kinderen en soms op indicatie.
Huid-op-huid contact wordt aangeraden voor alle pasgeboren kinderen omdat recent onderzoek leert dat rechtstreeks huid-op-huidcontact verschillende positieve effecten kent. Zowel voor je kind als voor jou. Beide ouders kunnen huid-op-huidcontact toepassen en het is ook mogelijk met broertjes, zusjes of andere naasten.

De voordelen
Je pasgeboren kind heeft behoefte aan veel contact. Huid-op-huidcontact kan hiervoor zorgen en heeft dan ook vele voordelen. Nabijheid is heel belangrijk, juist in moeilijke situaties!
De voordelen zijn:

Voor je kind:
- Reguleert de lichaamstemperatuur, verbetert de ademhalingsstabiliteit, hartslag, bloeddruk en zuurstof in het bloed;
- Vermindert onrust en zorgt voor een betere slaap;
- Vermindert stress en pijn doordat je kind je stem en geur herkent. Hierdoor voelt je kind zich beschermd en geborgen;
- Ondersteunt de lichamelijke, emotionele en verstandelijke ontwikkling;
- Reguleert de bloedsuikerspiegel;
- Bevordert de groei en gewichtstoename;
- Vermindert de kans op een infectie;
- Zorgt ervoor dat je kind de voeding beter kan verteren.

Voor jou:
- Bevordert de hechting tussen jou en je kind;
- Je leert de lichaamstaal, geluiden en manier van bewegen van je kind herkennen;
- Vermindert pijn bij moeder;
- Stimuleert de productie van borstvoeding. Dit vergroot de kans op succesvolle borstvoeding;
- Bevordert de aanmaak van het hormoon Oxytocine (gelukshormoon). Dit hormoon vermindert de kans op depressieve klachten bij moeder.

Hoe lang huid-op-huid contact?
Huid-op-huidcontact mag zolang je wilt, maar bij voorkeur minimaal 1 uur per dag bij kinderen geboren bij een zwangerschapsduur van 37 tot 42 weken gedurende minimaal 5 weken. Bij kinderen die te vroeg (< 37 weken) of te licht geboren zijn is het advies om dit 8 uur per dag te doen. Dit in verband met de slaapcyclus van je kind. Hoe langer en vaker je buidelt, des te groter het positieve effect. Dit is gebaseerd op de richtlijn van de World Helath Organisation.

2002 241128

Hoe doe je dit veilig?

Vraag de verpleegkundige om te helpen je kind in een juiste, veilige houding te leggen.

- Zorg voor een comfortabele houding voor jezelf; iets achterover leunend, maar niet plat op de rug. Hiervoor zijn speciale buidelstoelen aanwezig;
- Leg je kind met de buik op je ontblote borst. Zorg ervoor dat je een kus op het hoofd kan geven;
- Leg je armen gebogen met de handen omhoog en met beide schouders plat op jouw borst;
- Let erop dat de knieën van je kind opgetrokken zijn en een beetje uit elkaar;
- De rug van je kind is toegedekt. Zorg ervoor dat ook de schouders bedekt zijn;
- Zorg ervoor dat het gezicht van je kind zichtbaar is, de mond en neus mogen niet bedekt zijn;
- Je kind kan ook horizontaal of in zijligging liggen als je graag het gezicht van je kind wilt zien;
- Bij vragen of onzekerheid, vraag tips of hulp aan de verpleegkundige.

Huid-op-huidcontact binnen Fam

Binnen Fam streven we ernaar om te voldoen aan de WHO richtlijn. Er zijn op de afdelingen verschillende aanpassingen gedaan:

- Wanneer je kind via een keizersnede geboren wordt, wordt je kind na de geboorte zo snel mogelijk huid-op-huid gelegd. Ook als moeder en kind vanuit de operatiekamer naar de afdeling gaan, gaat dit huid-op-huid. Uitzonderingen kunnen gemaakt worden op basis van de gezondheidstoestand van jou of je kind;
- Het nakijken van je kind door een verloskundige of kinderarts gebeurt zo veel als mogelijk hui-op-huid;
- Het vervoer tussen de verschillende afdelingen (bijvoorbeeld als je van de Verlosafdeling naar de Moeder- en kindafdeling gebracht wordt) vindt plaats in een daarvoor bestemde rolstoel.
- Wanneer er een bepaalde handeling uitgevoerd moet worden bij je kind dan wordt dit huid-op-huid gedaan;
- Op de afdeling zijn bonding tops en doeken aanwezig waarmee je kind veilig huid-op-huid kan liggen;
- Op de Moeder- en kindafdeling zijn er speciale buidelstoelen. Deze stoelen kunnen een stukje achterover gekanteld worden waardoor je veilig huid-op-huid met je kind kunt liggen.

Tips

- Je kunt van thuis een strak hemdje mee (laten) brengen waarin je kind kan liggen in plaats van in de hierboven beschreven bonding top of doek;
- Je kunt een spiegel gebruiken om te kijken of de neus en mond van je kind vrij liggen.

Belangrijk

- Bel een verpleegkundige als je je onwel/duizelig voelt;
- Vertel het de verpleegkundige als je verdovende medicatie gebruikt;
- Heb je het idee dat je elk moment in slaap kunt vallen, bel dan de verpleegkundige om te kijken of je kind veilig bij je ligt. Zorg ervoor dat er toezicht is op je kind als je slaapt.