

Flesweigeren

De visie van de logopedisten van de Kinderpraktijk Groningen

Inleiding

In Nederland gaan veel vrouwen 12 weken na een bevalling weer aan het werk. Ook wanneer zij borstvoeding geven. Sommige moeders blijven, wanneer zij weer werken, borstvoeding geven op de voedingsmomenten dat zij bij de baby zijn, maar willen de fles (laten) geven wanneer zij niet beschikbaar zijn. Ook niet-werkende vrouwen kiezen er soms voor om enkele keren per dag de fles aan te bieden in plaats van de borst, ook wanneer de borstvoeding goed loopt.

Gezonde baby's kunnen in principe zonder problemen drinken uit verschillende soorten en vormen tepels en spenen. Voor veel baby's is het geen probleem om te schakelen tussen borst en fles. Het accepteren van de fles blijkt echter, ondanks de vele adviezen die hierover op internet te vinden zijn, voor baby's die een aantal maanden exclusief borstvoeding hebben gehad, niet altijd te lukken. Hoe kan dat?

De normale ontwikkeling van het zuigen

Een pasgeboren baby kan zuigen en slikken – drinken uit de borst of de fles - omdat hij orale reflexen heeft. Als de baby honger heeft en je strijkt langs de mondhoek met de tepel (of speen, of je vinger), dan zie je dat de baby zijn hoofd hier naar toe draait, zijn mond opent en de tepel gaat pakken. Dat is de zoekreflex (of *rooting*). Als de tepel in de mond zit, plaatst de baby zijn tong onder de tepel, hij sluit zijn lippen tegen de tepel en borst aan en start met zuigen. Dat is de zuigreflex.

Die orale reflexen zijn het sterkste als de baby honger heeft en nemen af als de maag zich gaat vullen.

De hersenschors, waar de motoriek wordt aangestuurd, ontwikkelt zich in de loop van de eerste levensmaanden. Rond de 10^e-12^e levensweek (soms eerder) neemt die reflexactiviteit af omdat de hersenschors zich nu zo heeft ontwikkeld dat de voedingsreflexen steeds meer onderdrukt worden zodat bewuste motoriek zich kan laten zien. Als de baby honger heeft is er nog reflexactiviteit, maar na een poosje drinken is die verdwenen en wordt het zuigen aangestuurd door willekeurige motoriek. Dat betekent dat de baby steeds beter zelf kan starten en stoppen met zuigen.

Als het niet vanzelf gaat.

Soms gaat de overgang van reflexmatig zuigen naar willekeurig zuigen niet helemaal vloeiend en kost het de baby wat meer tijd. Als je in die periode dan wilt dat de baby dagelijks een flesje gaat drinken (bijvoorbeeld omdat er in deze periode weer gewerkt moet worden), lukt dat soms niet. We zien dit bij baby's (vaker meisjes) die ouders omschrijven als: alert, kijkend, nieuwsgierig, zich vlot ontwikkelend. Waarschijnlijk neemt bij hen de orale reflexactiviteit wat sneller af dan bij andere kinderen.

Ouders proberen talloze spenen en flessen of laten de baby hongerem. En de stress bouwt zich op, zowel bij ouders als bij de baby. Wat nu?

Adviezen met betrekking tot flesweigeren:

1. Als het aanbieden van een flesje na een paar keer proberen niet lukt en er ontstaat stress bij de baby (huilen, wegdraaien) dan kan je er beter mee stoppen.
2. Laat de fles dan 2 weken staan, geef alleen de borst en probeer na 2 weken opnieuw. Soms pakt de baby de fles dan wel.
3. Lukt dat niet, dan is het verstandig een andere oplossing te bedenken:

- Kijk of er iets met het werk geregeld kan worden zodat moeder de borst kan blijven geven tot in elk geval een maand of 6.
- Lukt dat niet, probeer dan te oefenen met het geven van een gelepeld paphapje. Dat kan je maken van (warme!) moedermelk met Biobim 4 maanden (Biobim is, voor zover wij weten, de enige pap waarmee moedermelk wat ingedikt kan worden) of van zuigelingenvoeding met pap 4 maanden. Maak de pap alleen wat lobbiger, vooral niet te dik. Je kunt moedermelk ook wat lobbiger maken met Johannesbroodpitmeel.
- Als de baby 4 maanden is en de pap lukt niet goed, kan je ook beginnen met een groente- of fruithapje. Dat vinden baby's soms lekkerder, maar het heeft minder voedingswaarde dan de (moeder)melk. Je kunt daarmee wel een korte afwezigheid van moeder overbruggen.
Hoe ouder de baby wordt, des te makkelijker zal het lepelen gaan.
- In plaats van lepelen kan je de (iets ingedikte) melk ook met een bekertje proberen te geven. Houdt de baby dan goed gesteund op je schoot en zet het bekertje op de onderlip met de melk net tegen de lip. Probeer niet teveel te gieten want als de slok te groot is dan kan de baby de slok niet controleren en is er kans op verslikken.
- Je kunt de melk ook druppelen met een spuitje in de wangzak van de baby. Niet teveel tegelijk en niet achter in de keel, want dan is er kans op verslikken.
- Er zijn baby's die dit allemaal niet willen en de hele dag bij de oppas of de kinderopvang niets drinken. Zodra moeder in beeld is, tanken ze zich vol. Wat best vermoeiend is voor moeder omdat zo'n baby zich meerdere keren 's nachts kan melden.

Als je flesweigeren wilt voorkomen (bijvoorbeeld wanneer je weet dat je na 12 weken weer aan het werk gaat), start dan al met het **dagelijks** aanbieden van de fles zodra de borstvoeding goed lukt; vanaf ongeveer 2 weken.