

Op het moment dat je kind geboren wordt wil je als ouders alleen koesteren en beschermen. Jij hebt de verantwoording: het welzijn van het kind hangt van jou af, je hebt controle over alles wat besloten moet worden voor je kind.

Wanneer je kind direct na de geboorte terecht komt op een neonatologie-afdeling worden deze natuurlijke behoeften verstoord. Hier krijgt je kind te maken met licht, geluid, geuren en gebeurtenissen die hij niet kent. De vaak hoogtechnologische omgeving is niet alleen onnatuurlijk voor de ontwikkeling van je kind maar kan voor jullie als ouders ook overweldigend zijn. In de toch al angstige en onzekere periode wordt de zorg voor je kind overgenomen door anderen en verlies je controle over je eigen kind en over alles wat jou overkomt. Ouders willen graag voor hun kind zorgen maar durven dat niet omdat hun kind zo klein en kwetsbaar is. Ze zijn bang iets verkeerd te doen. Binnen de neonatologie wordt steeds duidelijker dat in de zorg voor de zieke en/of te vroeg geboren baby rekening gehouden moet worden met de behoefte van elke individuele baby en de relatie met zijn ouders. Dat heet ontwikkelingsgerichte zorg.

## Ontwikkelingsgerichte zorg

De ontwikkelingsgerichte zorg is er op gericht de baby te beschermen tegen voor hem onnatuurlijke omgevingsprikkelers. Daarin neem je als ouders een heel belangrijke centrale plaats in: je wordt de expert in de zorg voor je eigen kind. Jullie zijn de enige personen die emotioneel investeren in je kind. Daardoor herken en spreek je de taal van je kind en kun je hem de liefde en aandacht geven die je baby nodig heeft voor zijn ontwikkeling. In het begin denk je misschien dat je baby niets kan vertellen, maar niets is minder waar. Een kind gebruikt geen gesproken taal maar lichaamstaal. Elke baby heeft zijn eigen unieke lichaamstaal die zich na

de geboorte voortdurend verder ontwikkelt. Ouders moeten die taal leren verstaan, zodat ze zien welke ontwikkelingsmogelijkheden hun kind heeft. Bovendien leer je genieten van zijn unieke karakter en temperament. Ook heb je als ouder de unieke taak je eigen kind te knuffelen en te troosten tijdens het verzorgen, de medische handelingen en onderzoeken. Maar hoe zet je die eerste stap om vanaf het begin actief te zijn bij de zorg van je eigen kind? Waar moet je beginnen?

## Ontmoeting

In de couveuse ligt de baby in de meeste ziekenhuizen in een nestje, toegedekt met een lakentje. Vaak ligt er ook een doek over de couveuse om je baby tegen het licht te beschermen. Als je voorzichtig en langzaam de doek iets opzij schuift om felle lichtinval te voorkomen en het deurtje van de couveuse openmaakt, is dit het moment om goed naar je kind te kijken. Door stil aanwezig te zijn ondersteun je je baby omdat hij je aanwezigheid voelt. Je kunt hem ook laten weten dat je bij hem bent door hem met zachte stem te begroeten.

Als je lang naar je baby kijkt, leer je zien welke aanwijzingen hij je geeft. Hoe slaapt hij, hoe wordt hij wakker of hoe reageert hij op je stem? Je kind herkent immers je stem vanuit de tijd dat hij nog in baarmoeder zat. Als je baby slaapt, laat hem dan langzaam wakker worden. Je kunt hem aanraken door je vlakke hand(en) op hem te leggen. De meeste baby's ervaren een stevig maar voorzichtig vasthouden met stille handen als kalmerend en prettig. Door (te) lichte aanrakingen en strelen van de huid kan je baby juist geïrriteerd en opgewonden raken.



## Communicatie met je kind en het herkennen van zijn lichaamstaal



Als je kind wakker wordt, kun je zien of hij rustig is en of hij voldoende energie heeft om belangstelling te hebben voor zijn omgeving. Dat moet je leren zien. Je ziet dan een ontspannen

gezichtsuitdrukking en open ogen of hij probeert ze te openen. Ook zullen zijn armen en benen ontspannen in gebogen houding liggen net als het lijfje. Je kind heeft dan een mooie roze kleur en een rustige ademhaling. Als je praat tegen je kind, is het belangrijk om je baby altijd met een zachte geruststellende stem te vertellen wat je bij hem ziet en later ook wat je gaat doen of wat er gaat gebeuren. Als je tegen je baby praat, zorg dan dat er geen licht in zijn ogen schijnt zodat hij gemakkelijker zijn ogen open kan doen. Soms zal je baby gedurende het contact je vinger vasthouden en misschien bewegingen met zijn mond maken. Als een baby zich niet prettig voelt kan hij dit op verschillende manieren aangeven.

Hij kan gaan huilen en/of heeft een geïrriteerde blik in zijn ogen, of hij houdt zijn ogen juist wagenwijd open. Andere baby's hebben een glazige uitdrukking in hun ogen. Ook kan je kind heel stil liggen met gestrekte armen en benen, of juist erg beweeglijk zijn, trillerig en schokkerig of het lijfje gespannen houden of krommen. Vaak zie je dat de hartslag aanvankelijk wat hoger wordt, zijn ademhaling onregelmatig wordt en zijn kleur verandert. Op deze



momenten laat je kind zien dat hij moeite heeft met de prikkels die uit de omgeving op hem afkomen. Je kunt hem dan het beste helpen door een rustpauze in te lassen en hem vast te houden tot zijn ademhaling weer rustig wordt. Ook als je baby op een gegeven moment begint te fronsen, een gespannen blik in zijn ogen krijgt, zijn ogen sluit of zijn hoofd weg draait, laat hij zien dat het hem teveel wordt. Hij kan ook zijn vingers en tenen spreiden of juist een vuist maken. De baby kan gaan zuchten, geeuwen, niezen, hikken, kokhalzen, spugen, boeren of zijn darmen kunnen gaan rommelen. Als je baby erg jong en klein is zal hij dit vaak minder uitgesproken laten zien. Al deze signalen kunnen betekenen dat hij moe is en het contact of de verzorging hem te veel wordt. Als je kind dat aangeeft is dit ook het moment om niet meer tegen hem te praten. Je kunt hem dan helpen door weer kalm je vlakke handen op hem te houden tot hij tot rust komt of in slaap valt.

## Uitbreiding van contact met je kind

De eerste stappen in de uitbreiding van de zorg voor je baby is het vasthouden en ondersteunen. Zo kun je hem helpen op momenten dat hij geconfronteerd wordt met prikkels uit de omgeving.



Je kunt je kind ondersteunen door hem controle te laten houden over zichzelf en de situatie waarin hij zich bevindt. Voor de ouder heeft dat als voordeel dat je je volledig kunt concentreren op de signalen van je kind. Je krijgt dan de gelegenheid om goed te kijken hoe je baby reageert en wat hij van jou nodig heeft als troost, terwijl bijvoorbeeld een verpleegkundige

de zorgverlening uitvoert. Met je handen kun je zorgen dat je kind in een gebogen houding op zijn zij ligt. Je ene hand houd je stevig tegen zijn hoofd terwijl je met je andere hand zijn voeten, billen of rug kunt vasthouden. Het is prettig voor je kind als hij zijn armen en benen ergens tegenaan kan duwen, bijvoorbeeld een nestje of een ondersteuningsrol. Dit helpt goed als je baby onaangename handelingen moet ondergaan en je steun kan gebruiken. Je baby blijft rustig als hij met jouw hulp zijn handjes bij zijn mond kan houden. Soms helpt het om je kind tot rust te laten komen door hem een fopspeen te geven, of je kunt hem iets laten vasthouden: een knuffel, een doekje of je vinger. Laat de verpleegkundige samen met jou verwoorden welke bewegingen je baby maakt en welk gedrag hij laat zien. Langzaam merk je als ouder dat je leert om te zien wanneer je baby vraagt om een rustpauze om zichzelf te kunnen kalmeren of juist in staat is met de prikkels om te gaan. Je weet als ouder op een gegeven moment precies hoe en wanneer te troosten en hoe op het juiste moment in te spelen op zijn individuele behoefte en temperament.

## Uitbreiding van de zorgverlening

Als je als ouder meer wilt deelnemen in de zorg voor je kind, geef dat dan bij de verpleging aan. Je kunt bijvoorbeeld beginnen met het schoonmaken van de lippen van de baby, of helpen bij het geven van (sonde)voeding.

In kleine stappen kun je steeds meer handelingen gaan uitvoeren. Het verschonen van de luier kan een volgende stap zijn die je als ouder uitvoert.



Begin bij het laatste en gemakkelijkste onderdeel van het verschonen, het vastplakken van de luier. Als tweede stap kun je dan de luier goed onder je baby leren leggen. Hierbij kun je dan zien hoe prettig het voor je kind is als de verschoning in zijligging gebeurt. Een advies bij alles wat je doet is je te laten leiden door de signalen die je kind je geeft. Als je langzaam begint met kleine stappen, dan heb je als ouder ruimte om te herkennen hoe je baby reageert op bepaalde handelingen. Je leert zien hoe je kind communiceert met zijn omgeving, hoe hij zichzelf kalmeert en hoe hij per dag verandert en zich verder ontwikkelt. Je leert als ouder om continu de taal van je kind te begrijpen en om in te gaan op de vraag van je kind.

## Kangoeroeën

Als je als ouder soms na lange tijd de gelegenheid krijgt om volledig lichamelijk contact te maken met je baby, zonder de barrière van de glaswand, is dit een moment dat je niet snel zult vergeten. Kangoeroeën, waarbij je baby op je de borst ligt, is een unieke ervaring die zorgt voor gevoelens van veiligheid en vertrouwen tussen jou en je kind. De dialoog met je kind wordt gevoed door de warme aanraking, reuk,



geur en het stemgeluid. Op deze wijze raak je als ouder meer vertrouwd met je baby. Als je zachtjes praat als je baby wak-

ker is, zul je zien dat hij zich omhoog richt naar je stem. Hoe dichtert het mondje van je kind bij je tepel komt, hoe eerder hij uitgenodigd zal worden om

contact te maken met je borst en te ruiken dat daar zijn voeding is. Als je als moeder van plan bent om borstvoeding te gaan geven is dit ook de eerste stap die je met je kind kunt zetten. De tijdsduur van het kangoeroeën wordt bepaald door de stabiliteit van je baby en door hoe comfortabel je je als ouder voelt. Het kan van één tot meerdere uren variëren. Het is raadzaam om in de voorbereiding met de verpleegkundigen te overleggen welk tijdstip voor jullie en je baby het beste lijkt. Dit geeft je als ouder de mogelijkheid om je tijd in het schema van de zorgverlening rondom je kind in te passen.

## De omgeving van je kind persoonlijk maken en houden

Als jullie bij je kind zijn, kun je als ouder de omgeving rondom jullie en je kind afschermen met gordijnen of een scherm. Dit geeft jullie als gezin meer privacy. De directe omgeving waarin je baby ligt kun je als ouder persoonlijk maken door het creëren van een eigen sfeer. Je kunt een eigen doek meebrengen die over de couveuse gelegd wordt en je kunt foto's en/of plaatjes ophangen. Als er broertjes en zusjes zijn is het heel leuk om hen hierin te betrekken. Ook kunnen ouders eigen kleertjes, mutsjes en knuffels voor hun kind



meebrengen. Je kunt een popje of doekje meenemen die je tijdens je aanwezigheid op je borst legt en bij het gezichtje van je kind legt als je weggaat. Hij ruikt jullie eigen geur zelfs als je er niet bent. Het bijhouden van een dagboekje is iets waar je als ouder je gevoelens in kwijt kunt en waarin je de belangrijke momenten in de ontwikkeling van je kind kunt opschrijven. Er gebeurt zoveel, dat het moeilijk is om alle waardevolle momenten te onthouden.

## Ouders volwaardig deelgenoot in het zorgteam van hun kind

Als je kind sterker wordt ga je als ouder steeds meer doen. Je gaat je kind in bad doen en meer en vaker zelf voeden. Het belangrijkste is dat je als ouders op een gegeven moment denkt: Ja, dit is mijn kind en ik weet wat hij wil.

Dit is het tijdstip waarop je volwaardig partner in het zorgteam rondom jouw kind wordt. Als ouder ga je steeds meer beslissingen nemen en met de professionele zorgverleners samenwerken in de zorg rondom je kind. Dat gevoel is de eerste stap naar het volledig overnemen van de zorg voor je eigen kind. Vaak bedenk je thuis dingen waar je over twijfelt, waar je onzeker over bent of wat je anders wilt in de zorg voor je kind. Aarzel niet om dit met de professionele zorgverleners te bespreken. Het is elke keer weer een stapje dichtert bij huis.



Tekst: I.J. Hankes Drielsma en J.M. Wielenga  
september 2008

## Vereniging van Ouders van Couveusekinderen

Via de Vereniging van Ouders van Couveusekinderen hebben ouders contact met elkaar. Niet alleen om zich sterk te maken voor hun rechten, maar ook en vooral om elkaar te ontmoeten, ervaringen uit te wisselen en begrip te krijgen van lotgenoten. Want hoe goed familie en vrienden het ook proberen, helemaal begrijpen wat je doormaakt als je kind zo ziek of zo vroeg geboren wordt lukt eigenlijk niet.

Ouders ontmoeten elkaar bijvoorbeeld via de mailinglijsten waar ze als groep met elkaar mailen. Ze kunnen de V.O.C. gewoon bellen, er is een team van ervaringsdeskundige ouders die je te woord staan. Ook worden er avonden georganiseerd waar mensen elkaar kunnen spreken. In 'Kleine Maatjes', dat vier keer per jaar verschijnt, lezen ouders de ervaringen van anderen en krijgen ze meteen informatie over allerlei zaken die couveusekinderen – klein en groot – aangaan. Bij de V.O.C. is trouwens veel meer informatie te krijgen over alles wat couveusekinderen aangaat in de vorm van folders en brochures.

Kwetsbare kinderen, krachtige ouders is de slogan van de V.O.C. De V.O.C. is nog steeds hard nodig en met meer leden kunnen wij meer doen: meer avonden organiseren, meer informatie verstrekken, meer specifieke belangen van couveusekinderen behartigen. Meld je daarom nu aan als lid of vraag ouders, vrienden en anderen om donateur te worden.

## Landelijk Secretariaat VOC

Postbus 1024, 2260 BA Leidschendam  
Tel.: 070 - 386 25 35  
Fax: 070 - 386 48 43  
Internet [www.couveuseouders.nl](http://www.couveuseouders.nl)  
E-mail [info@couveuseouders.nl](mailto:info@couveuseouders.nl)



Vereniging van Ouders van Couveusekinderen



# Ontwikkelingsgerichte zorg