

Borstvoeding verkleint kans op Wiegedood

Bijgedragen door Nynke Bal
zaterdag 09 mei 2009

Een onderzoek wijst uit dat het geven van borstvoeding de kans op wiegedood verkleint. Dit was al eerder aangetoond, voor zover ik mij kan herinneren, maar er is weer een publicatie over verschenen.

Borstvoeding is licht verteerbaar, dit betekent dat je kindje waarschijnlijk vaker een voeding zal willen dan als je (volgens de omschrijving op het blik) kunstvoeding zou geven. Kan voor sommigen juist de beslissing zijn om niet voor het beste te gaan... maar mocht je dat overwegen, lees dan toch nog even verder.

Meer in lees verder

Kunstvoeding is zwaarder verteerbaar, vraagt meer van het lichaam van een baby om Ã¼berhaupt te verteren. Bovendien krijgen baby's meestal een grotere hoeveelheid kv dan dat ze uit de borst zouden drinken. Het heeft extra energie nodig om die bulk aan voeding te verwerken en om te zetten in energie. Meer voeding nodig, voor een grotere inzet. Hart moet harder werken, darmen moeten harder werken, kortom... de spaarzame energie die een baby heeft, wordt extra belast.

Kindjes die kunstvoeding krijgen, slapen meestal dieper dan kindjes die borstvoeding krijgen. Dieper slapen vergroot het risico op wiegedood. Ieder kindje houdt wel eens een keer zijn/haar adem in... met een beetje geluk ademt hij/zij daarna weer gewoon verder. Met

lichter slapen, horen kindjes ook geluiden die om hun heen zijn. De ademhaling van hun ouders kan het kindje weer helpen herinneren aan zijn/haar eigen ademhaling en zo dus wiegedood voorkomen. Slaapt het kind te diep, vangt het kindje die prikkel niet op, zal het minder snel zelf weer die ademteug nemen. Slaapt het kind te diep, zal het minder snel aangeven dat hij/zij het te warm heeft. Het is druk bezig om die bulk melk te verwerken, dat heeft prioriteit.. oververhitting wordt dan even vergeten... er is immers ook warmte nodig om voeding te verteren.~

Voor diegenen die toch kiezen voor de kunstvoeding... probeer dan iig het risico te verkleinen door de hoeveelheid voeding op verzoek te geven (meer voedingen, minder hoeveelheid per keer), je kindje veel bij je te dragen ~ bij je te laten slapen. Borstvoeding heeft volgens (jammer genoeg nog) velen veel nadelen... maar veel van die nadelen zijn eigenlijk een voordeel! Denk er nog eens over na... en laat je goed voorlichten voordat je een definitieve keuze maakt. Als je het aan je kind overlaat, laat die het je duidelijk zien! Bijna direct na de geboorte gaat je baby namelijk op zoek naar de tepel!~

Lieve mama's... ik weet dat jullie het beste voor hebben met jullie kind. Ik weet ook dat je ook jezelf niet wil verliezen... maar ik kan uit ervaring vertellen dat dat toch wel gebeurt! Je wordt mama en alles verandert. Je zal minder slapen, je zal moe zijn, je zal vaak wanhopig zijn... hoort erbij, al is het lang niet altijd fijn. Jij bent mama! En later... als kinderen een stukje groter zijn, zul je jezelf ook weer vinden, al is dat toch altijd anders dan voordat je een kind kreeg.~