

Wat heeft je kind nodig in de eerste dagen na de geboorte?

1 ^e uur	Dag 1 en 2	Dag 3	Dag 4
<ul style="list-style-type: none">• Wie zijn mijn ouders?• Waar komt het eten vandaan?	<ul style="list-style-type: none">• Slapen is belangrijker dan eten• Af en toe een slokje graag	<ul style="list-style-type: none">• Eten is belangrijker dan slapen!• En knuffelen is minstens zo belangrijk	<ul style="list-style-type: none">• Eten en slapen komen in balans.• 's Avonds snacken 😊

En wat betekent dat voor drinken aan de borst?

1 ^e uur	Dag 1 en 2	Dag 3	Dag 4
<ul style="list-style-type: none">• Kort, vaak, genieten	<ul style="list-style-type: none">• Kort• 6 – 15 x• Voeden op subtiele signalen	<ul style="list-style-type: none">• Langer• 10-15 x• Duidelijk vragen en zoeken• Contact nodig	<ul style="list-style-type: none">• Normaal• 7-12 x• Afwisseling wakker en rust komt op gang

Besteed deze eerste dagen dus aan vinden van een prettige aanleghouding

Zodat je de 2^e nacht / 3^e dag zo ontspannen mogelijk je baby door de eat-bui heen kunt helpen

(c) Myrte van Lonkhuisen / BCLC

