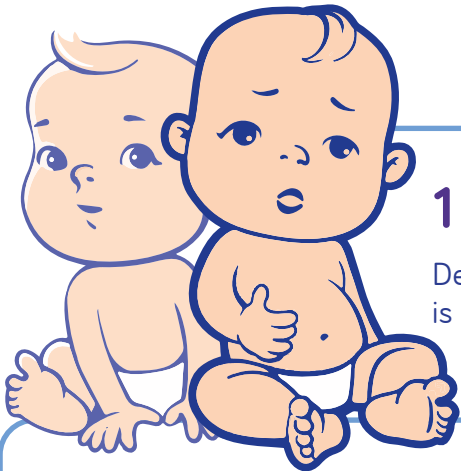


SPUGEN BIJ BABY'S

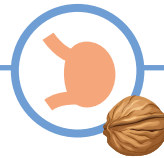
SPUGEN IS NORMAAL



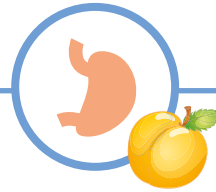
1 OP DE 2 GEZONDE BABY'S SPUGGT¹

De maag van een baby is nog maar klein. Komt er te veel voeding in, dan is spugen de enige manier om het teveel aan voeding kwijt te raken. Een baby heeft er meestal ook geen last van.

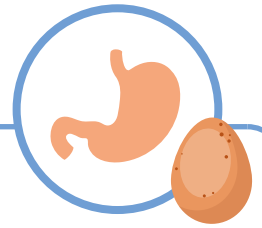
De maag van een baby van 3 dagen is net zo groot als een walnoot. Na 1 week heeft de maag de grootte van een abrikoos, en na een maand de grootte van een ei.²



3 DAGEN

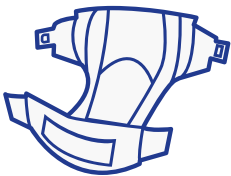


1 WEEK



1 MAAND

KRIJGT EEN SPUGENDE BABY WEL VOLDOENDE VOEDING?



Als een baby goed plast en poept, vrolijk en alert is en goed groeit, dan is er vaak geen reden om te denken dat een kind te weinig voeding binnenkrijgt. Zelfs als de baby na elke voeding spugt.

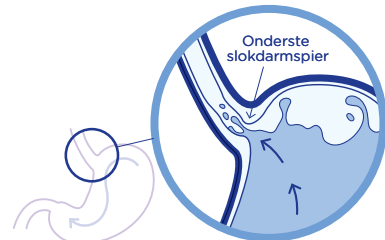
DE OORZAAK VAN SPUGEN



Het geven van te veel voeding kan spugen veroorzaken. Als het maag-darmkanaal van een kindje te vol raakt, zal hij eerder zijn voeding teruggeven².



De slokdarm is nog niet helemaal volgroeid, de afstand tussen maag en mond is maar klein.³



De spier tussen de slokdarm en de maag ontspant zich bij een baby vaker.⁴ Zo stroomt voedsel gemakkelijk terug van de maag naar de slokdarm en het mondje.

Door het verbeteren van de spierfunctie in het onderste deel van de slokdarm, groeien kinderen over het spugen heen. Dit gebeurt vanaf ongeveer 6 tot 12 maanden.⁵ Dan is het spugen ook meestal helemaal over.

SPUGEN BIJ BABY'S

ADVIEZEN BIJ SPUGEN^{1,6-8}



GEEFT DE MOEDER BORSTVOEDING?

Dan kan dit gewoon worden voortgezet. Borstvoeding is de beste voeding voor een baby. Zorg dat er voldoende tijd zit tussen de voedingsmomenten.

ZORG VOOR EEN RUSTIGE OMGEVING⁷

zodat de baby niet gestoord wordt tijdens het voeden. Een onrustige baby zal meer lucht binnenkrijgen tijdens het drinken.

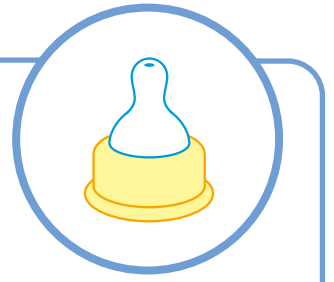


NEEM VOLDOENDE DE TIJD VOOR ELKE VOEDING

20-30 minuten is normaal, en zorg dat de baby tijdens en na iedere voeding een boertje laat.^{7,8}

KRIJGT DE BABY VOEDING VIA EEN FLESJE?

Een speen met een kleiner gaatje of een zogenaamde dentalspeen helpt om een kind rustiger te laten drinken. Zorg dat de speen van de fles altijd gevuld is met voeding en niet met lucht.⁸



DE BABY TIJDENS HET VOEDEN IETS MEER RECHTOP HOUDEN

en na het voeden ook nog een halfuur rechtop houden.^{7,8}

VERDIKKEN VAN VOEDING

Bij borstvoeding kan in overleg met het consultatiebureau of de huisarts een papje gemaakt worden van johannesbroodpitmeel (**Nutrilon Nutriton**) met water of afgekolfde moedermelk.⁷



HET VERDIKKEN VAN FLESVOEDING IS EFFECTIEF⁹

Krijgt de baby flesvoeding? Dan kan in overleg met het consultatiebureau of de huisarts een aangepaste dieetvoeding tegen spugen voorgeschreven worden zoals **Nutrilon A.R.**

Referenties: 1. Kneepkens CMF, et al. (2014) Zijn verdikkingsmiddelen inderdaad werkzaam bij zuigelingen met regurgitatie en GOR? *NTVD* 69(6):S10-12. 2. Zangen S, et al. (2001) Rapid Maturation of Gastric Relaxation in Newborn Infants. *Pediatr Res*;50: 629-32. 3. Hegar et al. (2008) Natural Evolution of Infantile Regurgitation Versus the Efficacy of Thickened Formula. *J Pediatr Gastroenterol Nutr*;47(1), 26-30. 4. Omari TI, et al. (2002) Mechanisms of gastro-oesophageal reflux in preterm and term infants with reflux disease. *Gut* 51:475-479. 5. Hegar et al. (2009) *Acta Paediatr*;98:1189-1193. 6. Rosen R, et al. (2018) Pediatric Gastroesophageal Reflux Clinical Practice Guidelines: Joint Recommendations of the North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition and the European Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology, and Nutrition. *J Pediatr Gastroenterol Nutr* 66(3):516-554. 7. JGZ-richtlijn voeding en eetgedrag, Nederlands Centrum Jeugdgezondheidszorg. 8. www.voedingscentrum.nl 9. Wenzl et al. (2003) *Pediatrics* 34(5): e355-9. • Borstvoeding is de beste voeding voor baby's. 167179 • Deze informatie is uitsluitend bestemd voor (para)medici. • Nutricia Nederland B.V. Postbus 445, 2700 AK Zoetermeer • Juli 2020