

## Kangoeroeën

### Huid-op-huidcontact met uw pasgeboren kindje

Kangoeroeën is het huid-op-huidcontact tussen ouders en hun (pasgeboren) kindje. Door het regelmatige intensieve contact leert u uw kind beter kennen. Veel ouders ervaren deze intieme momenten met hun baby dan ook als een zeer waardevolle manier om een gezamenlijke band op te bouwen. In deze folder leest u wat kangoeroeën inhoudt en hoe u dit kunt toepassen.

### Wat is kangoeroeën?

Kangoeroeën is een unieke manier om uw pasgeboren kindje vast te houden. Bij kangoeroeën wordt uw kindje bloot, op de luier na, op uw ontblote borstkas gelegd. Dit huid-op-huidcontact bevordert de hechting tussen u en uw kindje. Ook op andere gebieden brengt het veel positieve effecten met zich mee. Zo stimuleert het de melkproductie, wat handig is als u borstvoeding geeft of wilt geven. De methode kan zowel bij voldragen baby's, als bij te vroeg geboren baby's toegepast worden.

### De geschiedenis in het kort

Kangoeroeën is ontstaan in 1979 in Colombia als vervanger van de couveuse. In 1983 werd kangoeroeën officieel erkend door de World Health Organization. Pas de laatste jaren is de methode sterk in opkomst in de Westerse landen.

### De voordelen van kangoeroeën

Kangoeroeën brengt veel voordelen met zich mee. De belangrijkste zijn:

- het biedt geborgenheid en veiligheid;
- het zorgt voor een snellere hechting tussen u en uw kindje;
- uw kindje leert uw lichaamsgeur en stem sneller te herkennen;
- het vermindert stress;
- het stimuleert borstvoeding;
- het kan zorgen voor een betere gewichtstoename;
- het kindje wordt niet gestoord in de slaapcyclus;
- het vermindert pijnwaarneming en huilreacties;
- vitale parameters worden positief beïnvloed: een stabielere hartritme, een stabielere en rustigere ademhaling, een verbeterde zuurstofvoorziening en een stabielere lichaamstemperatuur.

## **Wanneer kangoeroeën?**

De bepalende factor voor het toepassen van kangoeroeën is de algemene toestand van uw kindje. Wanneer uw kindje gezond is, is kangoeroeën mogelijk. De verpleegkundigen op de afdeling zorgen voor een goede ondersteuning hierbij. Zij observeren de toestand van uw kindje, zowel voor, tijdens, als na het kangoeroeën.

## **Hoelang kangoeroeën?**

De tijdsduur van een kangoeroesessie hangt helemaal af van de stabiliteit van uw kindje en de tijd die u beschikbaar hebt. Het beste is om minimaal één uur aaneengesloten te kangoeroeën met uw kindje. Zo is uw kindje in staat om een onafgebroken slaapcyclus te doorlopen.

## **De houding van je kindje**

Het is belangrijk dat uw kindje tijdens het kangoeroeën in de juiste houding ligt. De verpleegkundige zal u hierbij ondersteunen. Het is van belang dat het hoofdje naar links of rechts gedraaid wordt, waarbij het hoofdje en het lichaam van uw kindje in één lijn liggen. Dit zorgt voor een optimale ademhaling. Uw kindje kan bedekt worden met een dekentje of T-shirt, zodat er geen warmteverlies optreedt.

## **Kangoeroeën en borstvoeding**

Wanneer u borstvoeding wilt geven, is kangoeroeën bijzonder aan te bevelen. Het huid-op-huidcontact met uw kindje werkt stimulerend voor de borstvoeding. Wanneer uw kindje te vroeg is geboren, zorgt kangoeroeën ervoor dat de melkproductie in stand blijft en productiever wordt.

## **Tips voor het kangoeroeën**

- Zorg voor een goede hygiëne.
- Draag gemakkelijke kleding, die aan de voorzijde geopend kan worden.
- Gebruik geen parfum. Dit verhindert het leren herkennen van uw lichaamsgeur.
- Verschoon uw kindje voor het kangoeroeën.
- Creëer een goede omgeving: gordijnen dicht, comfortabele houding, lichten gedimd. De verpleegkundige kan u hier eventueel bij helpen.
- Zorg voor een spiegel zodat u uw kindje goed kunt bewonderen. Deze is eventueel op de afdeling te verkrijgen;
- Wanneer de borstvoeding goed op gang is, kolf dan eerst af. Dit voorkomt stuwings. Wanneer uw kindje te vroeg geboren is of de borstvoeding nog niet op gang is gekomen, is het beter om na de sessie te kolven. Door het kangoeroeën wordt de melkproductie namelijk gestimuleerd.

# maasziekenhuis Pant<sup>e</sup>in

## Vragen?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen over kangoeroeën? Stel deze dan gerust aan de verpleegkundigen van de afdeling.

November 2015 – Versie 1.1  
GYN052