



**Wilhelmina Ziekenhuis Assen**  
Vertrouwd en dichtbij

**Informatie voor ouders**

## **Als uw baby veel huilt**



**Uw baby is opgenomen op de kinderafdeling, omdat hij onrustig is en veel huilt. Het doel van de opname is om erachter te komen wat daarvan de oorzaak is. Vaak is het een samenspel van factoren. Ook wordt gekeken wat de beste manier is om uw baby weer tot rust te brengen. In deze brochure leest u wat u precies van de opname kunt verwachten.**

## **Oorzaken**

Als uw baby veel huilt, kan dat allerlei oorzaken hebben. Soms is er een lichamelijke oorzaak, maar meestal is dat niet het geval. Vaker heeft het huilen te maken met andere factoren. Misschien wordt uw baby erg onrustig omdat hij meer wil dan hij kan. Of, bijvoorbeeld, omdat hij erg alert is en sterk reageert op prikkels.

## **Observeren**

Aan het begin van de opname zal een verpleegkundige u een aantal vragen stellen over het huilgedrag van uw baby in de afgelopen periode. Gedurende de verdere opname zullen verpleegkundigen en pedagogisch medewerkers uw baby nauwkeurig observeren om een goed beeld te krijgen van het huilgedrag. Terwijl er voor uw gevoel dan misschien niet zoveel gebeurt, is dit toch een heel belangrijk onderdeel van de opname. Observeren is een goede manier om uw baby beter te leren kennen. Over het algemeen levert het veel nuttige informatie op.

## ***Observatielijst***

Bij het observeren wordt gebruikgemaakt van een observatielijst. Hierop wordt bijgehouden wanneer en hoeveel uw baby huilt. Op die manier is het mogelijk om bepaalde patronen te ontdekken.

## ***Videobeelden***

Als hulpmiddel bij het observeren worden vaak video-opnamen gemaakt. Dit gebeurt door een speciaal daarvoor opgeleide verpleegkundige of pedagogisch medewerker. Het gaat om opnamen van momenten waarop u contact hebt met uw baby, zoals wanneer u uw baby verzorgt of met uw baby speelt. De opnamen worden met u besproken. Zo kunt u zien hoe uw baby op u reageert en omgekeerd en leert u de signalen herkennen die uw baby afgeeft.

- De kinderarts die uw baby heeft opgenomen, is de hoofdbehandelaar. Zij bereekt met u wat er tijdens de opname gaat gebeuren. Aan het eind van ieder gesprek wordt afgesproken wanneer u weer een gesprek hebt. In principe hebt u in de tussenliggende tijd geen contact met andere kinderartsen.

### **Voeden en verzorgen van uw baby**

Om zo snel mogelijk een goed beeld te krijgen van uw baby, is het belangrijk dat de verpleegkundigen een aantal voedingen van u overnemen met de zorg eromheen. Dit geldt ook voor de nacht. Er wordt met u afgesproken dat u dan thuis slaapt. Dit geeft u bovendien de gelegenheid om wat tot rust te komen.

Wanneer er meer duidelijkheid is over het huilgedrag van uw baby tijdens de voedingen en tussendoor, kunt u de voedingen en de verzorging geleidelijk weer overnemen. Het is verstandig om eerst de leuke, prettige momenten op te pakken en daarna de momenten die moeilijker voor u zijn.

Vanzelfsprekend wordt alle zorg rond uw baby zoveel mogelijk met u afgestemd.

*Doordat uw baby in een andere omgeving is, kan het gebeuren dat hij de eerste twee dagen rustiger is dan anders en dat het huilen daarna weer toeneemt. Verandering van omgeving kan zorgen voor het doorbreken van een vicieuze cirkel.*

## **Uitgangspunten**

Centraal in de zorg voor uw baby staan:

- rust
- regelmaat
- verminderen van prikkels
- voorspelbaarheid

*Meer informatie hierover vindt u in het boekje 'Regelmaat brengt rust' van Ria Blom. Het ligt ter inzage op de kinderafdeling. Als u geïnteresseerd bent, kunt u ernaar vragen bij een van de verpleegkundigen of pedagogisch medewerkers.*

## **Dagprogramma**

### ***Voedingstijden***

Voor uw baby is het prettig als elke dag ongeveer hetzelfde verloopt. Daarom wordt tijdens de opname een dagprogramma gemaakt dat zorgt voor rust, regelmaat en voorspelbaarheid. Uitgangspunt zijn de voedingstijden waar uw baby thuis aan gewend was of waar u uw baby aan probeerde te wennen.

- Ook al is het belangrijk om vaste voedingstijden aan te houden, een half uur eerder of later maakt geen verschil. Als uw baby laat merken dat hij nog geen honger heeft of juist eerder honger heeft dan anders, is het goed om daar rekening mee te houden.

### ***Spelen***

Spelen, knuffelen en praten met uw baby kan het beste rond voedingstijd gebeuren. Meestal is uw baby dan goed wakker.

### ***Naar bed***

Zodra uw baby laat merken dat hij moe wordt, is het belangrijk om hem in bed te leggen. Zo leert uw baby om in bed in slaap te vallen. Als uw baby moe begint te worden, is dat te zien doordat hij gaapt, jengelt, wegkijkt of in z'n oogjes wrijft.

### ***Prikkels***

Om het voor uw baby makkelijker te maken om in slaap te vallen, is het nodig dat er zo min mogelijk prikkels zijn: geen harde geluiden, een donkere kamer en een 'opgeruimd' bedje. Dat houdt onder andere in dat er zachtjes wordt gepraat, dat de gordijnen worden dichtgedaan en dat er geen speelgoed in het bed ligt.

Wanneer uw baby wakker is, is het juist belangrijk dat er wel voldoende prikkels zijn. Dat is nodig voor zijn ontwikkeling en om goed te kunnen slapen.

### ***Ritueel***

Het zorgt ook voor rust, als het naar bed brengen een soort ritueel wordt met steeds dezelfde onderdelen. Bijvoorbeeld de dingen in een vaste volgorde doen en iedere keer hetzelfde muziekje.

## **Huilen**

Als uw baby wakker wordt, terwijl het nog lang geen tijd is om te voeden, is het belangrijk om te proberen hem weer in slaap te brengen. Dit kan bijvoorbeeld door hem een speentje te geven en nog een keer toe te dekken. Voor de rust moet er zo min mogelijk oogcontact zijn. Als het niet lukt om uw baby daarna in slaap te krijgen, moet na ongeveer tien minuten nog een poging worden gedaan. Als het na drie pogingen nog niet is gelukt, is het goed om uw baby op te pakken. Ook dat gebeurt zo 'prikkelarm' mogelijk: zonder licht, zonder te praten en zonder oogcontact). Na vijf minuten kan uw baby weer worden teruggelegd. Zo leert u uw baby om zelf weer in slaap te komen.

- Een baby heeft een slaapcyclus van 45 minuten slaap en 10 minuten wakker zijn of lichte slaap. Alerte, prikkelgevoelige baby's vinden het vaak moeilijk om de 10 minuten dat ze (bijna) wakker zijn, te overbruggen. Vaak beginnen ze dan te huilen, terwijl ze nog niet zijn uitgeslapen.

## **Inbakeren**

Sommige baby's kunnen moeilijk in slaap komen of worden steeds wakker, doordat ze met hun armpjes zwaaien. Inbakeren kan dan een oplossing zijn. Op de kinderafdeling worden baby's ingebakerd met een lakentje, maar er zijn ook officiële inbakerdoeken of inbakerzakken in de handel.

Omdat een ingebakerde baby het risico loopt om op zijn buik te draaien, moet het inbakeren op een bepaald moment (uiterlijk de 4<sup>e</sup> maand) weer worden afgebouwd.

---

Het is van tevoren niet te zeggen hoe lang een opname gaat duren. In principe gaat uw baby pas weer naar huis als hij rustiger is en minder huilt. Ook is van belang dat u zelf uitgerust genoeg bent om thuis weer voor uw baby te gaan zorgen. De kinderarts bepaalt in overleg met u wat een geschikt moment is om uw baby mee naar huis te nemen.

---

- 
- Als u vragen hebt, kunt u altijd terecht bij de verpleegkundige die voor uw baby zorgt. Ook tijdens uw gesprekken met de kinderarts hebt u alle gelegenheid om eventuele vragen te stellen.
  - Waarschijnlijk hebt u een emotionele tijd achter de rug en bent u erg moe. Het kan dan prettig zijn om uw hart eens te luchten en te praten over de dingen waar u mee zit. Als u daar prijs op stelt, kan voor u een afspraak worden gemaakt bij een van de medisch maatschappelijk werkers van het ziekenhuis.
- 

---

### ***Hebt u een opmerking of een klacht?***

*De medewerkers en specialisten van het Wilhelmina Ziekenhuis Assen doen hun best uw kind de juiste (medische) zorg te geven. Mocht er toch iets gebeuren waarover u niet tevreden bent, dan verzoeken wij u om dat door te geven. Dat kan aan degene die direct verantwoordelijk is of aan de ombudsfunctionaris van het ziekenhuis. Deze is bereikbaar via:*

- e-mailadres: [ombudsfunctionaris@wza.nl](mailto:ombudsfunctionaris@wza.nl)
- telefoonnummer: (0592) 32 56 24/32 55 55 (maandag t/m donderdag)
- postadres: WZA t.a.v. ombudsfunctionaris, postbus 30.001, 9400 RA Assen

*Meer informatie over de klachtenprocedure vindt u op [www.wza.nl/patienten/een-klacht](http://www.wza.nl/patienten/een-klacht)*

---

## **Wilhelmina Ziekenhuis Assen**

Europaweg-Zuid 1

Postbus 30.001

9400 RA Assen

Telefoon (0592) 32 55 55

[www.wza.nl](http://www.wza.nl)