



# Het weigeren van de fles

## Wat is het?

Het kan zijn dat je baby de fles weigert. Vooral baby's die gewend zijn aan borstvoeding, willen de fles nog al eens weigeren. Je baby draait dan zijn hoofd weg, gaat huilen, kauwt op de speen, of duwt met zijn tong de speen eruit. Er is niet altijd een duidelijke oorzaak waarom je baby de fles weigert. Als je baby de fles weigert, is dit heel vervelend, maar je kunt het niet voorkomen. Het belangrijkste is dat het geven van de fles een fijn en ontspannen moment blijft/ wordt en je frustratie voorkomt.

## Wat kan ik doen?

Hier volgt een opsomming van tips en adviezen. Als je een advies probeert, houd dit dan enkele dagen vol en geef niet te snel op.

### Wanneer bied je de fles aan?

- ♥ Probeer regelmatig een flesje te geven. Bijvoorbeeld elke dag of om de dag. Nooit onder dwang!
- ♥ Bij sommige kinderen werkt het om de fles voorafgaand aan de borstvoeding te geven, bij anderen juist ná een voedingsmoment
- ♥ Geef de laatste voeding (laat in de avond) met de fles. De baby begint dan in zijn slaap te zuigen en heeft niet door dat je de fles aanbiedt in plaats van de borst.

### Het geven van de fles

- ♥ Als je het flesje geeft, stop de speen dan niet direct in de mond, maar streel eerst de lipjes met de speen. Breng de speen naar binnen als het mondje (wijd) open gaat. Zorg dat de speen diep in de mond komt, dat is de baby van de borst ook gewend
- ♥ Knijp een beetje in de speen om de melkstroom te bevorderen
- ♥ Ondersteun het kinnetje met de hand en druk de wangen (ritmisch) iets samen met je duim en wijsvinger. Dit bevordert de zuigreflex
- ♥ Het is niet erg als je baby een beetje op de speen kauwt. Als hij zo een druppel melk proeft, wil hij misschien meer. Geef hem dan de tijd om de melk uit de fles te krijgen.

### Dingen die kunnen helpen bij het geven van de fles

- ♥ Houd de fles tegen je blote huid in de buurt van de borst

- ♥ Oefen met vers afgekolfd moedermelk: melk uit de koelkast of vriezer kan anders smaken
- ♥ Zorg voor afleiding. Wikkel de fles bijvoorbeeld in aluminiumfolie of geef je baby een speeltje in de hand

### Alternatieven voor de fles

- ♥ Wil je baby echt niet uit de fles drinken, probeer dan eens een cupje, lepel, tuitbeker (zonder anti-lek beveiliging) of softcup
- ♥ Als je baby kan zitten kun je ook overstappen naar een rietjesbeker. Dit kan ook een zacht bakje of pakje zijn met daarin een rietje. Door in het pakje te knijpen komt er direct wat uit voor je baby en hoeft hij niet te hard te zuigen
- ♥ Bij een baby van 4 tot 6 maanden kan pap van moedermelk gegeven worden. Hiervoor kun je de moedermelk iets verdikken. Je geeft de pap dan met een lepeltje.



### Goed om te weten

- ♥ Borstgevoede baby's houden meer van kleine frequente voedingen. Maak de porties in de fles dus niet te groot
- ♥ Sommige baby's draaien hun dag/nachtritme om waarbij ze overdag minimaal drinken en het 's nachts inhalen. Voor de baby maakt dit niet uit, voor de moeder is het erg vervelend

## Wanneer bellen?

Neem contact op met de huisarts of een lactatiekundige als je er niet uit komt. In sommige gevallen kan een pre-logopedist helpen.