

## Uw baby dragen

Direct na de geboorte en tijdens de opname is huid op huidcontact het allerbelangrijkste middel om het proces van hechting tussen u en uw baby in werking te stellen. Hechting is goed voor de ontwikkeling van uw baby. In het ziekenhuis kan dit door met uw baby te buidelen. Thuis kunt u uw baby dragen in een draagdoek of draagsysteem.

Op de afdeling Neonatologie kunt u een afspraak maken met een gediplomeerd draagconsulent. Zij leert u hoe u uw baby het best kan dragen in een draagdoek of draagsysteem.



### Waarom dragen?

- Regulatie van de ademhaling, hartactie en saturatie
- Stimulatie van de melkproductie
- Ontwikkeling van de hersenen
- Temperatuurregulatie
- Hechting
- Beweging
- Houding

*Draagconsulenten:  
Monique Gevritse en Mariska van Lochem*

## Waarom dragen?

Dragen kunt u zien als een verlenging van de draagtijd, de zwangerschap. Dragen is goed voor de lichamelijke ontwikkeling van de baby. Het is een natuurlijke houding, zorgt voor een snelle motorische ontwikkeling en optimale heupontwikkeling (spreid-hurkhouding). U kunt de slaapcyclus en hongersignalen goed herkennen. Door huid op huidcontact houdt u de temperatuur van uw kindje goed op peil.

## Hoe zit het met ergonomie en veiligheid?

- U draagt de baby rechtop.
- De wervelkolom behoudt zijn natuurlijke kromming.
- Beentjes, knietjes en billen zijn in de M-houding. Knietjes hoger dan de heupen.

- De draagdoek ondersteunt de nek van uw baby
- De baby zit op kusjes hoogte

Bron illustratie: [www.draagdoek.nl](http://www.draagdoek.nl)

### De ouder

- U voelt zich comfortabel door een goed passende doek of systeem.
- U heeft de baby dicht tegen u aan.

### De veiligheid

- De doek is goed aangespannen om inzakken te voorkomen.
- De ademweg van de baby is vrij.
- Doe geen doek of drager over het hoofd van de baby. Een mutsje mag wel, zolang het gezichtje maar vrij is.
- De ouder is wakker en alert.
- Als u buigt, moet u door de knieën zakken.
- Wij raden u af om met uw baby in een draagdoek of draagsysteem te fietsen, autorijden, koken en sporten.
- Let goed op de signalen en temperatuur van uw baby.

### Waar moet u op letten bij een prematuur geboren baby?

- Kijk goed naar wat uw baby aan kan.
- Belangrijk zijn structuur en regelmaat.
- Neem tijdens het knopen voldoende rust en pauzes.
- Uw baby heeft een lage basis spierspanning en overstrekt vaker. Daarom is het belangrijk om de doek goed aan te spannen, zodat het hoofd en bovenlichaam goed worden ondersteund.

### Welke knoop leert u van ons?

Wij zullen u de **front wrap cross carry knoop** (FWCC) aanleren. Hiervan zijn ook wat filmpjes te vinden op YouTube.

### Welke doeken en dragers zijn er?

Wij adviseren u een **geweven** draagdoek. Een geweven draagdoek is veel makkelijker aan te spannen. Deze doek zal tijdens het dragen ook niet gaan rekken. Bij het rekken van de doek is er namelijk kans dat uw baby inzakt. Maat 6 is de meest gangbare maat om de FWCC mee te knopen.

### Een aantal merken draagdoeken:

- Hoppediz
- Didymos

- Yaro
- Little Frog

### Een aantal merken draagsystemen:

Als u voorkeur heeft voor een draagsysteem, zijn de volgende systemen mogelijk voor een prematuur geboren baby. Bij draagsystemen is het belangrijk om **vóóraf** te passen, voordat het definitief wordt aangeschaft.

- Manduca twist
- Hoppediz Primeo
- Limas
- Emeibaby
- Hop Tye Conversion
- Storchenwiege

Monique Gerritse

Draagconsulent en neonatologieverpleegkundige

[draagconsulent@hagaziekenhuis.nl](mailto:draagconsulent@hagaziekenhuis.nl)

## Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

### Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

### Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

### Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

### Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size

tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

246905032025