

Inbakeren van een baby

Inbakeren is een baby strak inpakken in een doek vanaf de schouders tot aan de billen. Dit kan met een hydrofiele doek of met een speciale inbakerdoek, zoals die van het merk 'Pacco'. In deze folder leest u hoe u meer over inbakeren en hoe u dit moet doen.

Waarom inbakeren?

Inbakeren kan helpen om een baby rustiger te maken. Het is bewezen dat inbakeren zorgt voor meer rust, regelmaat en ritme bij alle baby's. Inbakeren geeft een gevoel van geborgenheid en veiligheid. De baby valt hierdoor makkelijker in slaap en slaapt beter en langer.

Inbakeren werkt ook goed bij baby's die:

- moeite hebben om in slaap te vallen;
- onrustig slapen;
- korte slaapjes doen en moeite hebben om door te slapen;
- snel overprikkeld zijn;
- voedingsproblemen hebben door slaaptekort en oververmoeidheid;
- lichamelijk ongemak hebben.

Hoe werkt inbakeren?

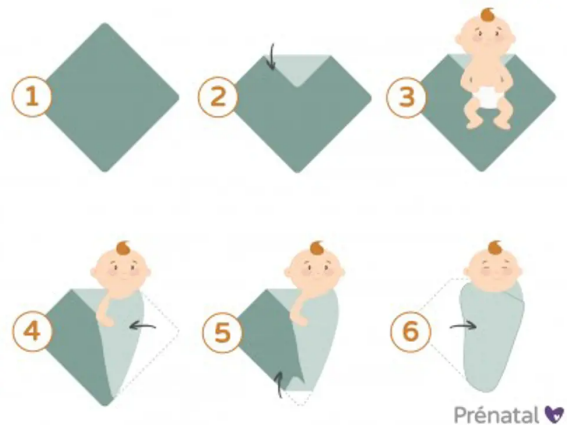
Volg de stappen hieronder om een baby op een goede manier in te bakeren met een Pacco doek. Zo kan uw baby in de juiste houding veilig slapen. U kunt ook een instructievideo volgen via de volgende link:

<https://youtu.be/v2O62nwMHQ0>.



Inbakeren met een Pacco doek

U kunt de baby ook inbakeren met een hydrofiele doek. Bekijk de afbeelding hieronder. U kunt ook de stappen volgen van de volgende instructievideo: https://youtu.be/II9YI9cyf_s.



Inbakeren met een hydrofiele doek

Wanneer wel en niet inbakeren?

Baker uw baby in bij de eerste tekens van vermoeidheid. Baby's geven deze tekens vaak voorzichtig aan. Denk bijvoorbeeld aan staren, een vreemd getrokken gezicht, het gezicht in de borst begraven, overstrekken, gapen of gebalde vuistjes.

U mag een baby **niet** inbakeren bij de volgende situaties:

- bij koorts;
- bij heupdysplasie;
- in de eerste 24 uur na krijgen van de vaccinaties;
- bij (ernstige) benauwdheidsklachten;
- als de baby de neiging heeft om om te rollen. Bouw het inbakeren af en ga over naar een goed passende slaapzak.

Punten om op te letten

Als u uw baby inbakert, moet u letten op enkele belangrijke punten. Zo mag een inbakerdoek niet te groot zijn. Het is belangrijk dat de doek goed past bij de lengte en het gewicht van de baby. Een goed passende doek voorkomt dat de baby bekneld raakt.

Het merk Pacco heeft verschillende maten inbakerdoeken. Het hangt af van het gewicht en de lengte welke inbakerdoek uw baby nodig heeft:

Maat	Gewicht	Lengte
Pacco Primo	2-4 kg	Tot 56 cm
Pacco Piccolo	4-7 kg	52-64 cm
Pacco Comodo	Vanaf 7 kg	60-72 cm

Pacco inbakerdoeken op gewicht en lengte

Ook zijn er nog andere belangrijke punten waar u op moet letten:

- Zo moeten de armen strak langs het lichaam liggen, terwijl de handjes open zijn.
- De benen moeten losjes zijn ingebakerd, zodat ze voldoende ruimte hebben om te strekken en spreiden.
- Ook mag een baby **nooit** op de buik liggen.

Temperatuur van de baby

Let er goed op dat uw baby niet te warm wordt tijdens het inbakeren. De lichaamstemperatuur van uw baby mag niet boven de 37,5°C komen. Doordat de baby strak ingebakerd is, wordt de baby te warm. U kunt het beste uw baby laten slapen in een omgevingstemperatuur tussen de 16°C en 20°C. Bij het inbakeren is minder warme kleding of een dunner dekentje handig.

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.

576602042024