



# UZA AGENDA

## PATIËNTEN- ACTIVITEITEN

### KINDERYOGA VOOR PATIËNTEN KINDER- GENEESKUNDE

Om de twee weken kunnen patiënten van de afdeling kindergeneeskunde een sessie kinderyoga van een uur volgen bij een yogalesgeefster. Deze sessie is uitsluitend bedoeld voor patiënten van de afdeling kindergeneeskunde.

**Datum** iedere eerste en derde donderdag van de maand

**Uur** 14 – 15 uur

**Locatie** verpleegeenheid kindergeneeskunde E1, route 25

**Info en inschrijven**

Deelname is gratis

Contacteer Lotte Marnef via

T 03 821 35 17

of [lotte.marnef@uza.be](mailto:lotte.marnef@uza.be)

## ACTIVITEITEN VOOR KANKERPATIËNTEN

### 1 INFOSESSIES OVER VERMOEIDHEID BIJ EN NA KANKER

Tijdens deze infosessies komt u meer te weten over omgaan met vermoeidheid tijdens of na een kankerbehandeling. Deze sessies zijn uitsluitend bedoeld voor

patiënten, ook de partner is van harte welkom.

**Datum** 24 april en 31 mei 2018

**Uur** 18.15 – 20.30 uur

**Locatie** UZA – VIP-restaurant (route 'VIP-restaurant')

**Info en inschrijven**

Gratis online inschrijven of

T 03 821 56 16

[www.uza.be/kankeractiviteiten](http://www.uza.be/kankeractiviteiten)

### 2 INFOAVOND ONCO- REVALIDATIE

Kanker is een ingrijpende ziekte met een zware behandeling. Vaak kampen mensen nadien met psychosociale en/of lichamelijke problemen zoals stress, angst, extreme vermoeidheid, pijnlijke gewrichten, een verminderde conditie... Dit heeft een grote invloed op je levenskwaliteit en welzijn. Wil je de draad weer opnemen na kanker? Het oncologisch revalidatieprogramma van het UZA helpt je zoeken naar een nieuw evenwicht. Het oncorevalidatieprogramma en het praktische verloop wordt toegelicht. Ook krijg je de kans om kennis te maken met de begeleiders.

**Datum** 31 juli 2018

**Uur** 19-20 uur

**Locatie** UZA, auditorium Kinsbergen (route 12)

**Info en inschrijven**

Deelname is gratis, maar inschrijven is verplicht.

[www.uza.be/kankeractiviteiten](http://www.uza.be/kankeractiviteiten)

## Kwaliteitslabel voor borstvoeding

Door alle inspanningen haalde het UZA in 2006 als een van de eerste ziekenhuizen in België het *Baby and mother Friendly Hospital Initiative* label. Daarmee belonen de Wereldgezondheidsorganisatie en UNICEF ziekenhuizen die sterk inzetten op borstvoeding. Elke vier jaar krijgt het ziekenhuis een nieuwe evaluatie.



## Borstvoeding

# 'We helpen mama's bij elke

Met borstvoeding geef je een baby een gezonde start. In het UZA krijgen ouders begeleiding bij elke stap van het proces, vanaf de zwangerschap tot na thuiskomst.

**D**e prenatale infosessies van vroeger zijn in het UZA vervangen door een individuele consultatie bij de vroedvrouw. 'Zo geven we informatie op maat van de ouders in spe', zegt vroedvrouw en lactatiekundige Iris Huybrechts. 'We hebben het in dat gesprek niet alleen over de bevalling, maar ook al over de borstvoeding. Hoe zien de ouders het, en hoe kunnen wij hen daarbij helpen? In het begin is borstvoeding soms zoeken, zeker bij een eerste kindje. Het kan ook even duren voor de melkproductie helemaal op gang komt. Dat geven we jonge ouders alvast mee.'



# stap'

## Huidcontact essentieel

Huid-op-huidcontact vlak na de geboorte stimuleert het voedingsinstinct van de baby. 'We streven naar minstens een uur huidcontact vlak na de bevalling', zegt vroedvrouw en lactatiekundige Marijke Van Hoeck. 'Ook bij een keizersnede leggen we het kindje meteen bij de mama, nog tijdens de operatie. Als de bevalling moeilijk verloopt of er zijn andere problemen, werden baby's vroeger eerst onderzocht door de kinderarts. Ook dat doen we nu pas later, na het huidcontact. Tenzij het echt medisch noodzakelijk is om in te grijpen.'

## Hulp bij de start

De kersverse mama's krijgen alle hulp bij het starten van de borstvoeding. Huybrechts: 'We leren mama's de hongersignalen van hun baby herkennen en helpen om de baby aan te leggen.' De

zorgverleners op de materniteit kregen allemaal een opleiding over borstvoeding, en bij vragen kunnen ze terugvallen op de lactatiekundigen: vroedvrouwen die een postgraduaat volgden over borstvoeding. Mama en kind blijven dag en nacht samen, zodat de baby kan drinken wanneer hij wil. 'En we raden aan om geen fopspeen te gebruiken,

want dat kan een baby een verkeerde zuigtechniek aanleren', zegt Van Hoeck. 'Als een baby bijvoeding nodig heeft, werken we ook niet met een flesje maar met een speciale beker of een lepeltje. Zo verstoren we de borstvoeding niet.'

## Tips voor thuis

Het stopt niet als de ouders

met hun kindje naar huis gaan. Huybrechts: 'We raden ouders aan om zich verder te laten begeleiden door een zelfstandige vroedvrouw. Die kan thuis de baby en de mama opvolgen. We geven jonge ouders ook informatie over moedergroepen en als het nodig is, kan er een zelfstandige lactatiekundige aan huis komen.' ☺

## Te vroeg geboren?

Ook te vroeg geboren baby's hebben veel baat bij borstvoeding. Elke Moens, vroedvrouw en lactatiekundige op de dienst neonatologie: 'Voor hen is moedermelk nog belangrijker dan voor een voldragen baby, er zitten zoveel belangrijke stoffen in. Met huid-op-huidcontact

beginnen we al heel vroeg. En als de baby stabiel is en niet meer beademd wordt, laten we de mama kolven zodat het kindje de zuigreflex kan oefenen op een lege borst. Het geeft de baby een positieve stimulans en het oefent zijn vaardigheden. En de mama leert de baby aanleggen

en draagt bij aan de zorg. Als het zuigen goed lukt, kan de baby leren drinken aan de borst. De sondevoeding bouwen we dan geleidelijk af. Pas wanneer we zeker zijn dat de baby goed aan de borst kan drinken, starten we met flesjes op momenten dat de mama niet aanwezig kan zijn.'