

Dag IN – Dag UIT: normale werking maag en darmen van je baby

Wat is normale stoelgang?

De frequentie en soort stoelgang die je kan zien bij je baby kan sterk wisselen en is afhankelijk van welke voeding je geeft.

Daarnaast zijn er ook soms baby - eigen factoren die kunnen maken dat niet elke baby met een bepaalde melk hetzelfde soort of dezelfde frequentie van stoelgang heeft.

Bij **borstvoeding** is de frequentie van stoelgang heel wisselend, gaande van 10 x per dag tot 1x om de 10 dagen. De kleur is meestal geel, en de stoelgang ziet eruit als mosterd met zaadjes. Heel vaak is de stoelgang heel plat en spuitend.

Groenige, oranje of wat bruinere stoelgang zijn ook helemaal normaal en de kleur kan van dag tot dag wel wat verschillen.

Bij **flesvoeding** is de stoelgang soms wel wat vaster van structuur. Jonge zuigelingen hebben vaak last als de stoelgang te vast is. Hoe platter de stoelgang is bij een gezonde zuigeling, hoe vlotter die meestal komt, hoe minder ongemakken de baby ervan heeft.

De kleur van de stoelgang bij flesvoeding kan ook wisselend. Vaak is die geel, soms ook eerder groenig. Hypoallergene (HA) melken geven meestal groenige stoelgang.

Ontkleurde, grijze, beige of witte stoelgang is steeds abnormaal. Hiermee kan je best steeds op consultatie komen bij de kinderarts.

Na het opstarten van bijvoeding verandert de stoelgang van je kind ook van kleur. De kleur en de consistentie varieert naargelang wat je kind heeft gegeten of gedronken heeft. Bijvoorbeeld als je kind spinazie heeft gegeten zal de stoelgang vaak zwart of groenig zijn. Als je kind rode biet at, zal deze rood kleuren.

Dyschezie

Een veel voorkomend probleem bij jonge zuigelingen is dat ze, op het moment dat ze voelen dat ze stoelgang moeten maken, hun sluitspier aan hun aars dichtknijpen in plaats van zich te ontspannen. Hierdoor kan soms zelfs platte stoelgang moeilijk passeren. Sommige kinderen strekken daarbij ook hun beentjes. Ze kunnen precies pijn hebben of hard schrikken als de stoelgang dan toch passeert. Na het maken van stoelgang zijn ze rustiger.

Dit is een voorbijgaand probleem dat meestal na enkele weken betert.

Ouders hebben vaak de neiging om dan een glycerine suppo te gebruiken om de aarsspier tijdelijk te ontspannen zodat stoelgang maken mogelijk te wordt. Dit kan soms een oplossing zijn, maar het is niet de bedoeling frequent glycerine suppo's te blijven gebruiken. Een kind moet zich leren ontlasten op een stimulus van binnenuit, niet op een stimulus van buiten uit.

Als je deze symptomen merkt bij je kind, kan je die mee proberen verhelpen door je baby te leren ontspannen bij het maken van stoelgang. Dit kan je doen door je baby met zijn of haar rug tegen jouw buik aan op je schoot te nemen. Daarna zijn of haar beentjes actief tegen het buikje aan plooiën door je vingers in de knieplooitjes te leggen. In deze houding kan je zelfs rondwandelen en je kind afleiden, zodat het leert zich te ontspannen.

Als de klachten te uitgesproken maak je best een afspraak bij je kinderarts.

Constipatie

Constipatie is een probleem waarbij een kind weinig frequent stoelgang maakt (twee maal of minder per week), pijn heeft bij het maken van stoelgang, of grote brokken stoelgang heeft waarvoor het zeer veel moeite moet doen.

Indien u dit opmerkt kom best op consultatie, gezien de aanpak van constipatie sterk wisselt naargelang de leeftijd van je kind, de duur van de symptomen en de ernst van de symptomen.

Bij een jonge zuigeling wordt er vaak gebruik gemaakt van glycerine suppo's. Deze mogen zeker af en toe gebruikt worden, maar nooit langdurig en liefst niet frequent.

Teruggeven van voeding

Een baby geeft zo goed als altijd regelmatig tot heel vaak voeding terug. Dit gebeurt meestal kort na, maar het kan ook tot lang na de voeding zijn.

Zolang je baby hiervan geen last heeft en het gewicht mooi evolueert is er geen probleem.

Huilen

De meeste baby's huilen de eerste levensweken veel en regelmatig. Dit kan van alles betekenen. Een baby heeft maar één taal om iets duidelijk te maken en dat is huilen. Ze kunnen huilen als ze honger hebben, als ze een vuile broek hebben, als ze moe zijn, als ze het lastig vinden dat er voeding terugkomt, als ze aandacht of nabijheid willen...

Het is als ouder soms een echte zoektocht om te verstaan waarom je baby huilt.

In slechts 5-10% van de gevallen is er een medische oorzaak voor het huilen van je baby.

Als medische oorzaken weerhouden we vooral refluxziekte en koemelkeiwitallergie :

Reflux ziekte komt bij jonge zuigelingen voor, maar gelukkig niet heel frequent. Er zijn geen duidelijke symptomen die jou of je arts duidelijk zullen maken of er refluxziekte is. Het is vaak een zoeken naar oorzaken van vb. overmatig huilgedrag en soms moet er een proeftherapie met medicatie gestart worden om uit te maken of refluxziekte de oorzaak van het overmatig huilen bij je baby is.

Koemelkeiwit allergie komt iets vaker voor. Je kind reageert dan op de koemelkeiwitten in de voeding die het krijgt, met verschillende symptomen. Het kan krampen hebben, bloederige stoelgang, of juist extreme constipatie, refluxziekte, voedselweigering, eczema, De diagnose hiervan wordt gesteld door, na overleg met de arts, de juiste voeding te geven, en bij goed effect hiervan, een uitlokking met een koemelkeiwithoudende zuigelingenvoeding te doen enkele weken later. Deze stappen moet je eerst bespreken met je kinderarts.

Belangrijk is om bij het wenen van je kind steeds breder te kijken dan enkel de medische oorzaken en samen met je arts in de mate van het mogelijke een oplossing te zoeken hiervoor.

Kijk zeker ook op de website van Kind en Gezin voor extra informatie in verband met het huilen van je baby.

[Huilen | Kind en Gezin](#)

Krampen

Krampen komen heel frequent voor bij jonge zuigelingen. Het is een normaal fenomeen, dat vaak gedurende de eerste 6 weken van het leven toeneemt en na de 8 ste levensweek langzaam vermindert.

Je baby op die momenten voldoende nabijheid geven, zelf heel rustig blijven, inbakeren, afbakenen helpen vaak al voldoende.

Er zijn sommige zaken die belangrijk zijn in het oog te houden bij krampen :

Juiste drinktechniek : het mondje van je baby moet mooi rond de speen aansluiten, je baby moet rustig kunnen drinken zonder te smossen of zonder zich te verslikken. Soms is hiervoor aanpassing van spenen of melkvoeding zinvol.

De speen mag ook niet plat gezogen worden en moet steeds volledig gevuld zijn met melk.

Bij borstvoeding moet de drinktechniek ook goed zijn. Hiervoor kan advies van een vroedvrouw of lactatiekundige zinvol zijn.

Als er te vaste stoelgang is bij flesgevoede zuigelingen kan een wijziging in de flesvoeding zinvol zijn. Ingedikte of verzadigende melken worden niet steeds goed verdragen door jonge zuigelingen.

Er worden vaak hulpmiddeltjes voorgeschreven zoals mama natura, balyfen en infacol (symethicone). Deze hebben geen van allen bewezen effect. Middelen op basis van kruiden bevatten vaak alcohol als oplosmiddel en zijn dus niet aangewezen bij jonge kinderen. Er is ook weinig tot geen bewijs dat ze efficiënt zijn. Symethicone is een product dat gasbelletjes samen zal doen komen in de dikke darm, waardoor deze gemakkelijker zouden kunnen naar buiten komen. Uit grote studies is geen duidelijk effect bij jonge zuigelingen gebleken. (Simethicone mag niet gegeven worden bij kinderen die schildklierhormoon innemen!)

Probiotica zijn weinig bestudeerd bij krampen. De enige die bestudeerd is, is lactobacillus reuterii. Dit zou krampen en huilen na een gebruik van minimum 21 dagen mild verminderen. Indien u dus een probioticum wenst te gebruiken is dit een goede keuze.

Osteopathie wordt niet aangeraden. Er zijn te weinig gegevens uit studies die het nut en de veiligheid van deze behandelingen onomstotelijk aantonen.

Bovenstaande uitleg maakt duidelijk dat er niet steeds één pasklare oplossing is voor elk probleem. Indien de klachten van uw kind uitgesproken zijn, neem je best contact op om een afspraak te maken.

Hoeveel moet mijn baby drinken?

Een gezonde zuigeling onder de 3 maanden zal zichzelf niet snel overeten. Als de flesjes steeds leeg worden gedronken en je baby lijkt nog hongerig, dan kan het nodig zijn de flesjes te vergroten. De schema's die je op de dozen van melkvoedingen vindt zijn een goede leidraad, maar elk kind is anders. Geen paniek dus als uw baby afwijkt van deze schema's, rustig is en goed bijkomt.

Als je een baby hebt die overmatig weent, maak dan beter eerst een afspraak.