Borstvoeding checklist

Created: 4/20/2016

# Tasks:

☐ **Je kindje drinkt minimaal acht keer per dag, maar liever zelfs nog vaker**

☐ **Je kindje likt of klokt op een ritmische manier**

*Dat kun je horen of zien.*

☐ **Je kindje drinkt rustig de borst leeg**

*laat je kindje drinken zolang hij wil. Als je borst leeg aanvoelt en je kindje wil nog meer laat hem dan de andere borst leeg drinken.*

☐ **Na het voeden voelt je borst zachter aan dan voor het voeden.**

☐ **Je kindje heeft tenminste vijf volle luiers per dag, (zes als je katoenen luiers gebruikt)**

☐ **Je kindje komt voldoende aan**

*De eerste maanden tussen de 90 en 200 gram per week.*

☐ **Je kindje is alert en tevreden**

☐ **Je kindje heeft de eerste weken tenminste twee keer een poepluier.**

☐ **Na een paar weken kan dit teruglopen**

*Sommige kindjes hebben zelfs maar eens in de twee weken een poepluier.*