

Borstvoeding checklist

By Moeders.nu

- ☐ 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.