



# Ontwikkelingsgerichte zorg op NICU

infobrochure voor ouders

**ZOL GENK**

Campus Sint-Jan  
Synaps Park 1  
B 3600 Genk

**Campus Sint-Barbara**

Bessemmerstraat 478  
B 3620 Lanaken

**Medisch Centrum André Dumont**

Stalenstraat 2a  
B 3600 Genk

**ZOL MAAS EN KEMPEN**

Diestersteenweg 425  
B 3680 Maaseik

ZOL GENK  
tel. +32(0)89 80 80 80  
ZOL MAAS EN KEMPEN  
tel. +32(0)89 50 50 50  
info@zol.be

Allereerst... gefeliciteerd met mijn geboorte!

Jullie willen je kleine, lieve wondertje beslist beter leren kennen. Wellicht worden jullie overrompeld door een golf van emoties, maar wanneer jullie mij aandachtig observeren, kunnen jullie zich een goed beeld van mijn gevoel, groei en welzijn vormen. Ook het zelf doen en het delen van jullie bevindingen met het zorgpersoneel helpen mij in alle veiligheid, comfort en liefde groeien.

Het neonatologie-team wil jullie graag begeleiden en ondersteunen o.a. door het aanbieden van deze brochure met noodzakelijke info over ontwikkelingsgerichte zorg. Het is belangrijk dat jullie zich goed voelen op de afdeling zodat jullie met mij een veilige en hechte relatie kunnen bouwen. Jullie zijn immers mijn ouders. Wees a.u.b. in de mate van het mogelijke aanwezig, in rust, aanrakend, zingend, sussend, pratend... Ook vind ik het belangrijk dat jullie zo veel mogelijk bij mijn zorg betrokken worden, zodat jullie vol zelfvertrouwen mij mee naar huis kunnen nemen. Indien jullie na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, aarzel niet om het neonatale team te contacteren. Zij zullen jullie met raad en daad bij staan.

Liefs, jullie baby

Inhoudsverantwoordelijke: dr. W. Gysemans  
(Neonatoloog) | Juli 2026

## INHOUDSTAFEL

|                                                       |           |
|-------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Ontwikkelingsgerichte zorg</b>                  | <b>3</b>  |
| <b>2. Kijk naar mijn lichaam en begrijp mijn taal</b> | <b>4</b>  |
| <b>3. Hechting</b>                                    | <b>6</b>  |
| <b>4. Kangoeroezorg</b>                               | <b>7</b>  |
| <b>5. Troost en comfort</b>                           | <b>8</b>  |
| <b>6. Mijn slaap-en waakstadia</b>                    | <b>11</b> |
| <b>7. Muziektherapie en voorleesboekjes</b>           | <b>15</b> |
| <b>8. Samen verzorgen</b>                             | <b>16</b> |

# 01 ONTWIKKELINGS- GERICHTE ZORG

Ontwikkelingsgerichte zorg is een methode van zorgverlening om mij beter te leren kennen en mijn gedrag te leren begrijpen.

Het doel van deze zorg is het ondersteunen (en bevorderen) van mijn ontwikkeling, met daarbij horend het verminderen van de onvermijdelijke stress/pijn waaraan ik wordt blootgesteld.

Binnen deze zorg is er een belangrijke rol weggelegd voor jullie, mijn ouders, mijn primaire verzorgers.

Bij vroeggeboorte hebben mijn hersenen zich onvoldoende ontwikkeld.

Door het geven van ondersteuning en het geven van de juiste ervaringen gaan de benodigde hersenverbindingen ontstaan en kan ik mij zo goed mogelijk ontplooien. Daarbij is het belangrijk om mijn noden te herkennen, maar ook erkennen en daarop adequaat te reageren. Gezamenlijke inspanningen van jullie, verpleegkundigen, artsen en andere zorgverleners kunnen mijn ontwikkeling positief beïnvloeden.

Uiteindelijk is deze manier van zorg verlenen vooral gericht op mijn comfort en stabiliteit, maar ook op die van jullie.



## 02 KIJK NAAR MIJN LICHAAM EN BEGRIJP MIJN TAAL

Ik communiceer via lichaamstaal en geluiden. Elk geluid en elk gedrag hebben hun eigen betekenis. Om het jullie gemakkelijker te maken, beschrijf ik hoe ik met jullie zou kunnen communiceren.

### 2.1 Stress/pijn

Aan de hand van mijn ademhaling, huidskleur, en lichaamsbewegingen kunnen jullie afleiden dat ik mij niet zo goed voel: Een gefronst voorhoofdje, grimassen trekken, of stijf dichtgeknepen ogen kunnen aangeven dat ik mij minder goed voel. Als ik gespannen ben, kan ik sneller gaan ademen of soms zelfs even stoppen met ademen én mijn hartslag kan versnellen. De monitor gaat dit dan aangeven door een alarm. Mijn huidskleur kan door de dag nogal eens veranderen. Zo kan ik het ene moment wat bleker zien en het andere moment eerder wat grauw. Ook kan het zijn dat ik geel of blauwkleurig ben of dat er bloemetjes op mijn huid zichtbaar zijn. Je kan mij zien hikken, kuchen, niezen, gapen of zuchten. Ook kan ik mij gespannen strekken en uitrekken en ongecoördineerde bewegingen maken. In het

begin is mijn blik eerder wazig, maar stilaan zoek ik jullie met mijn oogjes. Anderzijds kan mijn blik ook prikkelbaarheid, angst of pijn uitstralen. Huilen kan ik nog niet goed. Ik zal eerder geagiteerd bewegen, grimassen trekken, mijn armen en benen uitstrekken,... als ik mij niet goed voel. Hoe sterker ik word, hoe meer ik jullie mijn stem laat horen.

### 2.2 Welzijn

Hoe stabiel ik mij ga voelen, des te meer regulatie zul je van mij gaan zien: Zo ga je bij mij minder kleurwisselingen zien, mijn temperatuur blijft stabiel en mijn hartslag en ademhaling blijven binnen de normale waarden. Ik heb dan ook een goede spierspanning en ik blijf in een gebogen houding met mijn armen en benen tegen mijn lichaam aan. Ook zoek ik steun en zal ik waarschijnlijk een vinger, hand, dekentje of kabel vasthouden. En als ik mij goed voel zal ik proberen mijn oogjes te openen om contact te zoeken.

## 03 HECHTING



Als ouder heb je vaak een bepaald beeld van hoe een pasgeboren baby er moet uitzien en hoe die zich gedraagt. Als prematuur zie ik er anders uit, zijn mijn gedragingen anders en hangen er verschillende kabels en apparaten aan mij. Dit kan heel vreemd zijn voor jullie als mijn mama en papa, want dit was niet zoals jullie het zich voorgesteld hadden. Dit kan gevoelens van angst en machteloosheid met zich meebrengen. Ik wil dat jullie vaak bij mij zijn, het liefst de hele tijd, en dat jullie mij verzorgen. Als jullie mij observeren en reageren op mijn behoeften wordt er een veilige relatie tussen ons opgebouwd die zowel op korte als op lange termijn helpt om mij gunstig te laten ontwikkelen. Door mij zelf te verzorgen worden gevoelens van afstand en machteloosheid verminderd. Door een open communicatie tussen jullie en het neonatale team worden jullie gevoelens van angst, frustratie, machteloosheid en dergelijke bespreekbaar gemaakt. Dit resulteert in een unieke, aangepaste benadering die ik nodig heb.

## 04 KANGOEROEZORG

Bij kangoeroezorg word ik met enkel luier en mutsje op jullie blote borst gelegd. Dit geeft een zeer rustgevend effect en helpt ons om een goede band op te bouwen. Een aantal voordelen hiervan zijn een betere thermoregulatie, een snellere gewichtstoename, een betere lactatie en een betere kwalitatieve slaap, welke ik onder andere nodig heb om te groeien en alle indrukken te verwerken. De aanraking van mijn blote borst op die van mama (borstbeen) zorgt voor de aanmaak van het hormoon oxytocine, wat zorgt voor een betere borstvoeding en een betere hechting. Ik zou het erg fijn vinden om zo lang mogelijk te kangoeroeën. Jullie mogen mij zelfs verzorgen terwijl ik bij mama of papa lig. Dit is genieten voor ons allemaal en heeft veel medische voordelen voor mij.



# 05 TROOST EN COMFORT

## 5.1 Licht

Omdat mijn oogleden nog dun zijn en er nog geen pupilreflex is, komt er een aanzienlijke hoeveelheid licht door ook als mijn oogleden gesloten zijn! Dit is stresserend en heeft niet alleen effect op mijn oogjes, maar ook op mijn gedrag en daarmee op mijn ontwikkeling. Deze gevoeligheid kan zich uiten op verschillende manieren: verandering in ademhaling en hartslag, gespannen gezichtsuitdrukkingen of onrustige slaap met onwillekeurige bewegingen. Bij het dempen van licht ontspan ik mijn gezicht. Mijn ademhaling en hartslag worden stabiel en het maakt het voor mij gemakkelijker om te proberen mijn ogen te openen. Langzaam kan ik hier wat meer succesvol in worden. Ik zal spontaan mijn oogjes openen en wakker worden. In die uitgeruste en ontspannen toestand kan ik mij focussen en eventueel mijn voeding drinken zonder snel terug in slaap te vallen. Het is fijn als mijn omgeving mij ook kan zien, dus maak gerust foto's van mij. De flits kan voor mij overweldigend zijn en zonder flits kom ik vast ook mooi op de foto te staan.



## 5.2 Geluid

Ik kan mij nog niet afsluiten voor bepaalde geluiden en daardoor word ik snel overladen met prikkels. Door het verminderen van die prikkels kan ik energie sparen voor mijn groeiproses. Zou ik jullie daarom mogen vragen om in de omgeving van mijn couveuse niet te luid te praten? Geluiden worden versterkt in de couveuse, waardoor het belangrijk is de deuren zachtjes te sluiten en geen voorwerpen bovenop de koepel te plaatsen. Op de neonatale afdeling zijn veel omgevingsgeluiden. Geluiden die helemaal niet belangrijk voor mij zijn en eventueel overstimulering kunnen veroorzaken. Ik vind het juist heel belangrijk om jullie stem, die van mijn mama en papa, te leren kennen. Jullie stem is vertrouwd, rustgevend en kan mij helpen als ik me wat minder voel of een pijnlijke handeling moet ondergaan. Zing, neurie of praat maar tegen me. Zo leren we elkaar langzaam steeds een beetje beter kennen.

## 5.3 Aanraking

Jullie als ouders zijn de perfecte personen om mij vast te houden en aan te raken. Ik mis de veiligheid en begrenzing van de baarmoeder en lig het liefst in foetus- of gebogen houding. Jullie kunnen mij ondersteunen door een hand op mijn hoofdje te leggen en lichtjes mijn voetjes richting mijn buik te bewegen. Dit wordt "positief aanraken" genoemd. Deze vorm van aanraking wordt veel toegepast bij prematuren, zoals ik. Strelen en kriebelen vind ik niet zo leuk. Ik kan er overprikkeld van raken. Daarom heb ik liever dat je me voorzichtig en stevig vasthoudt met stille handen. Zo kom ik het meest tot rust. Deze vorm van aanraken helpt onze band tot stand te brengen en te versterken.





## 5.4 Begrenzen/nestje

In de baarmoeder zat ik in een kleine ruimte, maar had ik toch veel bewegingsvrijheid. Dat heb je misschien wel gemerkt, mama? Nu ik geboren ben valt deze kleine veilige omgeving weg, maar jullie kunnen mij helpen om deze na te bootsen.

Ik lig graag op mijn zij in een nestje, wat ook snuggle wordt genoemd. Het nestje heeft lintjes die los over me heen gelegd en ingestopt worden. De rand van de nestjes is vaak te laag, waardoor ik er zo met mijn benen over kan! Daarom leggen de verpleegkundigen hier nog een hoge voet- en rug-rol rond. Hier kan ik met mijn voeten steun zoeken als ik mij even niet goed voel. En om mij helemaal geborgen te voelen, heb ik graag een lakentje los over me heen. Niets te strak doen, want ik zou me graag nog willen bewegen! Inbakeren daarentegen is niet zo een goed idee. Hierbij kan ik minder goed bewegen, waardoor mijn motorische ontwikkeling belemmerd wordt.



## 06 MIJN SLAAP-EN WAAKSTADIA

Slaap is essentieel voor mij. Het helpt mij groeien. Het is niet eenvoudig om mijn slaapfasen te onderscheiden. Als ik jonger ben dan 32 weken, ben ik zelden in een diepe slaap of duurt deze maar enkele minuten. Met mij kangoeroeën kan mij helpen om wat vaker diep te slapen. Deze slaap heb ik nodig voor de rijping van mijn hersenen. Je kan deze slaap herkennen doordat ik weinig of niet beweeg en langzamer en regelmatig ademhaal. In een lichte slaap laat ik meer bewegingen zien en zal mijn ademhaling sneller en eerder onregelmatig zijn. In deze fase maken mijn hersencellen verbindingen die belangrijk zijn voor mijn ontwikkeling. Ik kan natuurlijk ook half in slaap of half wakker zijn. Hierbij doe ik een poging om te slapen ofwel om wakker te worden. Indien mijn ogen open zijn en ik aandachtig ben, duidt dit op een rustige wakere toestand en kan je contact met mij maken door tegen me te praten.



Ben ik in een lichte slaap, benader mij dan eerst met je stem en een aanraking zodat ik mij kan voorbereiden op wat komen gaat en niet wakker schrik. Ben ik in een diepe slaap, laat me dan nog even slapen. Ik geef het liefst zelf aan wanneer ik verzorgd wil worden.



Wanneer ik actief ben maar toch mijn oogjes dicht houdt, wil ik zeggen dat ik hulp nodig heb om tot comfort te komen. Dit is typisch voor een prematuur zoals ik. Als je mij wil verzorgen wanneer ik nog in slaap ben, observeer mij dan eerst om te kijken of ik in een diepe of lichte slaap ben.

## 07 MUZIEKTHERAPIE EN VOORLEES-BOEKJES

Toen ik nog in mama's buik zat, zongen jullie wel eens een liedje voor mij of lazen jullie een verhaaltje voor. Ook nu geniet ik van het horen van jullie stem, die voor mij veilig en vertrouwd aanvoelt tussen alle onbekende omgevingsgeluiden. Ik vind het dan ook fijn als jullie een liedje zingen of een verhaaltje voorlezen.

Luisteren naar muziek en naar verhaaltjes is goed voor de verdere ontwikkeling van mijn hersenen. Een knuffel met zachte muziekjes of rustgevende muziek afspelen via de telefoon wanneer ik bij jullie op schoot lig, draagt hier ook aan bij.

Er zijn voorleesboekjes in verschillende talen voorhanden op de afdeling. Vraag er gerust naar bij de verpleegkundigen.

## 08 SAMEN VERZORGEN

Ik heb jullie graag en ik vind het fijn om met liefde verzorgd te worden. Ook al heb ik ademhalingsondersteuning, ben ik omringd door kabels van een infuus, in een couveuse of in een gewoon bedje, toch kan ik van jullie aanwezigheid en participatie genieten. Ik vind het geweldig om vastgehouden te worden, op jullie borst te liggen en aangeraakt te worden.



Dit geeft mij een veiligheidsgevoel, is rustgevend en groeibevorderend. Ik vind het fijn als jullie zo veel mogelijk deelnemen aan deze handelingen. Zo zie je, mama en papa, dat jullie veel kunnen doen zodanig dat ik me maximaal kan ontwikkelen en jullie zich minder angstig en machteloos voelen.

Indien jullie samen bij mij kunnen zijn, liefdevol, geduldig, voorzichtig en genietend, groei ik uit tot een tevreden baby.





[illegible]



[www.ZOL.be](http://www.ZOL.be)



[www.twitter.com/ZOLziekenhuis](https://www.twitter.com/ZOLziekenhuis)



[www.facebook.com/ZOLzh](https://www.facebook.com/ZOLzh)



[www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis](https://www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis)

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via [www.zol.be](http://www.zol.be)

Raadpleeg online uw medisch dossier via [www.mijnzol.be](http://www.mijnzol.be)