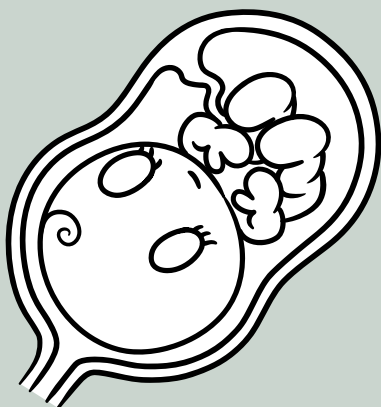


ik Oei, groei!



Alles over...
bewegingen
van je kindje



www.oeiikgroei.nl

De baby voelen bewegen

Hoe bijzonder: een klein mensje in je buik! Rond de 20ste week is de baby helemaal gevormd en hoeft het alleen nog maar te groeien.

Iedere baby is anders, maar:

- Als je zwanger bent van je eerste zul je de eerste tekenen van leven waarschijnlijk tussen 16 en 20 weken ervaren.
- Heb je al een kindje dan voel je de bewegingen meestal een aantal weken eerder omdat je het sneller herkent.
- Je baby zal ongeveer 10% van de tijd aan het bewegen zijn, de overige tijd slaapt hij/zij.
- Een zwangere voelt de baby meestal 4 weken eerder dan de partner of een andere persoon.
- Iedere baby in de baarmoeder slaapt korte slaapjes van gemiddeld 30-60 minuten waarin ze meestal niet heel actief zijn.

Het belang van het ervaren van de bewegingen van je baby

Bewegingen van de baby zijn een teken van vitaliteit, van levendigheid. Leer je baby kennen door contact te maken met je kindje zodat je weet wat voor jouw baby een normaal patroon van bewegen is. Simpelweg door lekker te gaan zitten of liggen, de tijd te nemen en je handen op je buik te leggen. De meeste baby's ontwikkelen hun eigen beweegpatroon vanaf de 7de maand. Misschien merk je dat jouw baby vooral 's avonds beweegt, als jouw drukke dag erop zit. Of bijvoorbeeld tijdens die saaie vergadering. Jij en je baby leren elkaar al goed kennen!

Het belang van de bewegingen van je baby al leren kennen in de buik zit hem in het feit dat je dan ook beter weet wanneer het kindje minder beweegt, en je dus ook beter kan inschatten wanneer je aan de bel moet trekken bij je verloskundige of arts.

Haptonomie

Vind je het leuk om al met je baby te spelen door bepaalde bewegingen tijdens de zwangerschap? Een haptonoom geeft jou en je partner duidelijke handreikingen hoe je de baby kunt leren kennen in zijn bewegingen en hoe je je baby uitnodigt met je handen om daartegenaan te gaan liggen! Na de geboorte zullen jullie de baby en de baby jullie herkennen in deze aanrakingen, wat de baby gerust kan stellen en kan troosten. Haptonomie is ontzettend bijzonder, juist ook omdat de partner op deze manier met de baby kan spelen en al echt contact kan maken.

Wat kun je verwachten bij 'leven voelen'?

- Heb je je baby nog niet voelen bewegen met 24 weken zwangerschap, dan is het goed om dit te melden bij je verloskundige of gynaecoloog.
- Vanaf 26 weken zwangerschap is het de bedoeling dat je iedere dag bewegingen voelt.
- Ben je 28 weken zwanger of verder en merk je dat je baby minder beweegt dan voorheen? Het is goed om daar aandacht aan te geven door gedurende 2 uur op je zij te gaan liggen; voel je in die tijd minder dan 10 (lichte) bewegingen, neem dan contact op met je verloskundige of gynaecoloog. Je wordt dan dezelfde dag nog voor een extra controle gezien.

Hik!

De baby kan ook 'de hik' hebben: je voelt dan een regelmatig patroon van schokjes op één plek in je buik. Dit is een goed teken, je kindje is de middenrifspiertjes aan het trainen.



Bo: 'Mijn partner is voor werk veel in het buitenland. Hierdoor heeft hij het eerste schopje van ons kleintje gemist. We hebben bezoek gebracht aan een haptonoom zodat mijn partner ook contact kan maken met de baby en met haar kan spelen. Een superfijne ervaring.'

ik **Oei,
groeï!**



Verwacht je een kindje? Dan is Oei, ik groei! Hét zwangerschapshandboek een 'musthave': lekker om te lezen en bomvol interessante informatie. De eerste 1001 belangrijke dagen, van de eisprong tot de eerste sprongetjes van je baby, helpt Oei, ik groei! je en vertelt je alles over de ontwikkeling van je baby.

Benieuwd naar onze overige producten? Kijk dan op oeiikgroei.nl.

Oei, ik groei! Hét zwangerschapshandboek

Xaviera Plooi | Prijs € 29,99 ISBN 978 94 6404 122 4

Pampers.

Bescherming in alle vertrouwen



Pampers Premium Protection luiers hebben een **unieke Derma Comfort absorptielaag** die zowel **zachte ontlasting** als nattigheid van **baby's huid weghoudt**, om irritatie te helpen voorkomen. Daarom worden ze ook **gebruikt in 98% van de Nederlandse kraamafdelingen.*** Bescherming in alle vertrouwen!

*Op basis van de verdeling van Pampers Premium Protection™ luiers maat 0-2 in Nederlandse kraamafdelingen, jan - dec 2021.

www.oeiikgroei.nl