

Toestemmingsformulier buikslapen, zijslapen en inbakeren.

Plaats:

Datum:

Hierbij verklaar ik, ouder/verzorger van: dat ik de gastouder:
..... toestemming geef om ons kind:

- op de buik in bed te leggen
- op de buik te laten liggen, wanneer het zelf kan omdraaien
- op de zij in bed te leggen
- op medische indicatie in te bakeren voor het slapen gaan.
- beneden te laten slapen (bijv. in de box als hij of zij daar in slaap is gevallen)

Ik ben voorgelicht over de risico's en ben verwezen naar de site van Consument en Veiligheid
www.veiligheid.nl. (zie bijlage of website)

Naam ouder/verzorger

Adres:

Postcode en Woonplaats:

Handtekening:

CC: een kopie is aan de ouders meegegeven.

Inbakeren

(Informatie Veiligheid.nl over inbakeren)

Het inbakeren van zuigelingen, ofwel het in doeken wikkelen van jonge kinderen, wordt veel gedaan bij baby's die veel huilen en/of onrustig slapen. De voornaamste conclusie van onderzoek door het Wilhelmina Kinderziekenhuis in Utrecht laat echter zien dat huilbaby's bij wie geen aanwijsbare lichamelijke oorzaak valt te ontdekken, het meest gebaat zijn bij meer regelmaat, rust en minder prikkels.

Tijdig inbakeren

Tijdig inbakeren blijkt hetzelfde effect te hebben als meer regelmaat, rust en minder prikkels, maar alleen onder bepaalde voorwaarden. Een baby die niet in goede conditie is, mag nooit worden ingebakerd. Op een verkeerde manier (te strak, te slap, te dik) of met ongeschikte middelen inbakeren kan risicovol zijn; het verkeerd inbakeren van de benen kan het ontwikkelen van een heupafwijking en motorische storingen bevorderen.

Het verschil tussen een inbakerdoek en een inbakerslaapzak

Het meest belangrijke kenmerk van een inbakerdoek is dat de armpjes van de baby langs het lichaam stevig ingepakt worden, zodat de baby de armpjes niet kan bewegen. Rondom de beentjes zit de doek losser. Je kunt een inbakerdoek kant-en-klaar kopen of gebruik maken van twee losse inbakerdoeken (dit is de traditionele manier). Let op bij het gebruiken van twee losse inbakerdoeken: dit vergt een bepaalde techniek om goed en veilig te doen. Bovendien moeten de doeken groot genoeg zijn, hydrofiele luiers zijn bijvoorbeeld te klein!

In een inbakerslaapzakje zitten geen armsgaten, in tegenstelling tot gewone slaapzakjes. De armpjes zitten in de slaapzak, maar niet strak tegen het lichaam. Voorbeelden van dit product zijn de Puckababy, Woombie en de Ergococoon. De inbakerslaapzak wordt gebruikt om het maaien met de armpjes tegen te gaan, je kunt een baby hiermee niet volgens de richtlijnen inbakeren.

Advies bij inbakeren

Bouw het inbakeren met een inbakerdoek bij voorkeur met 4 maanden af en beëindig dit uiterlijk na 6 maanden. Een al wat oudere baby die er ingebakerd in slaagt om te draaien, belandt in een zeer gevaarlijke situatie, aangezien de armpjes niet gebruikt kunnen worden om weer terug te draaien.

Advies bij een inbakerslaapzak

Gebruik een inbakerslaapzakje niet voor een baby die ouder is dan 3 maanden. Als de baby de armpjes niet kan bewegen, kan het zichzelf moeilijk terugdraaien. Toch een inbakerslaapzak gebruiken en is de baby ouder dan 3 maanden? Zorg dan dat je een inbakerslaapzakje gebruikt waarbij de armpjes vrij kunnen worden gehouden. Vlotte baby's kunnen, als ze in de inbakerslaapzak hun armpjes kunnen bewegen, vanaf de leeftijd van 3 maanden omrollen naar de buik.

Tot slot

In de kraamperiode is het belangrijk eerst je baby te leren kennen en zeker nog niet in te bakeren.

Denk je erover om je kind na de kraamperiode in te bakeren? Overleg dan altijd met je consultatiebureau of arts wat de beste methode is. Zij kunnen ook tips geven hoe je een vast patroon opbouwt bij het slapen gaan.