

**Borstvoeding geven is makkelijker** en beter vol te houden omdat de mama knus bij de baby kan blijven liggen tijdens de voeding. Door de nabijheid van de baby wordt de borstvoeding gestimuleerd.

**Versterkt de band tussen mama en baby.** Een co-sleeper helpt de mama's om een fysieke en emotionele band met hun baby op te bouwen.

**Na een keizersnede** kan de mama vaak niet zomaar uit haar bed om een huilende baby op te pakken.

**Eens thuis slaapt ook de papa beter,** doordat mama en baby rustiger zijn.



Voor meer info raadpleeg:

☎ 055 33 61 99

✉ [verpleegpost.c1@azoudenaarde.be](mailto:verpleegpost.c1@azoudenaarde.be)

Heb je nog vragen  
of opmerkingen  
over deze brochure?  
We houden graag  
rekening met  
jouw suggesties!

## AZ Oudenaarde vzw

Minderbroedersstraat 3, 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 - F 055 33 66 95

[info@azoudenaarde.be](mailto:info@azoudenaarde.be)

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

AZ OUDENAARDE  
VZW



AZO/MAT/331

Laatst aangepast op 30/07/2021

V.U.: AZ Oudenaarde

Gynaecologie  
Verloskunde



## CO-SLEEPING MOEDER EN BABY OP MATERNITEIT

## Informatie voor patiënten

AZ OUDENAARDE  
VZW



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

Volg ons op



## Wat?

Co-sleeping is de Engelse benaming voor 'samen slapen'.

De co-sleeper is een babybedje waarvan de zijkant opengezet kan worden en zo tegen het bed van de mama geplaatst kan worden. Beide zijden van de co-sleeper zijn in plexiglas en kunnen opengezet worden.

Zo hebben zowel de mama als de baby het gevoel heel dicht bij elkaar te liggen en op een veilige manier te slapen.



## Wanneer?

Na elke bevalling, in het bijzonder bij een keizersnede en bij een moeilijke borstvoeding, tot aan het ontslag.

Op de materniteit zijn er 2 co-sleepers beschikbaar. De patiënten die een keizersnede hebben gehad en patiënten die een moeilijke borstvoeding hebben, krijgen voorrang om het bedje te gebruiken. Het kan dus voorkomen dat tijdens je verblijf de co-sleeper gewisseld wordt met een gewoon babybedje.

Het gebruik van co-sleeper is ook aangeraden in de thuissituatie.

## Voordelen

**Bevordert veilige hechting.** De baby voelt zich meer geborgen en veilig dichtbij mama, waardoor de hechting versterkt wordt.

**De baby slaapt meer en beter** omdat hij minder stress ervaart en daardoor beter en sneller inslaapt. Eens in slaap wordt de baby minder wakker.

**Regelmatigere temperatuur en hartritme** bij de baby's die dicht bij de mama slapen, waardoor ze minder vatbaar zijn voor wiegendood.

**Veilig** doordat het bedje dicht bij de mama staat en er geen verstikkingsgevaar of gevaar voor oververhitting is.

**De mama slaapt meer en beter** doordat de baby meer slaapt en ook omdat de mama niet uit het bed moet om te voeden.

