



# Mijn baby weigert de fles, wat kan ik hieraan doen?



Het komt soms voor dat een baby de fles weigert. Dat kan voor jou als ouder erg vervelend zijn. In deze folder vind je een aantal tips die kunnen helpen je baby de fles weer te laten drinken.

ONLINE

[www.jgzkennemerland.nl](http://www.jgzkennemerland.nl)

De eerste maanden zuigt een baby instinctief op alles wat er in zijn of haar mond komt. Rond de leeftijd van 3 maanden begint dat te veranderen en kan het soms voorkomen dat een baby niet meer uit de fles wil drinken. Zelfs baby's die altijd makkelijk uit een fles dronken, kunnen rond deze periode opeens gaan fles weigeren. Dit kan behoorlijk lastig zijn, zeker als je weer begint met werken.

We hebben een aantal tips die je kunt toepassen bij fles weigeren op een rijtje gezet. Je hoeft niet alle tips te proberen: kies de tips die het beste bij je passen en probeer deze een aantal dagen achter elkaar uit.



#### TIP 1

## Zoek het juiste moment

- Bied de fles aan als je baby niet al te hongerig is: bij grote honger willen baby's vaak niet iets nieuws proberen.
- Geef de fles op een moment dat je baby nog wat slaperig is, dus vlak voor of na een slaapmoment. Op deze momenten is de kans groter dat je baby reflexmatig gaat zuigen aan de fles.

#### TIP 3

## Doe het eens anders dan je baby gewend is

- Varieer in de temperatuur van de melk. Iets koudere of warmere melk kan je baby soms uitdagen om toch te gaan zuigen aan de speen.
- Probeer de fles eens door iemand anders te laten geven.
- Geef de fles in een andere houding: in borstvoedingshouding, in een wipstoeltje, met je baby in zijligging op opgetrokken benen of op schoot zittend met het gezicht van je af.
- Leid je baby af: wikkel aluminiumfolie om de fles (dit kraakt en glinstert), loop rond met je baby, laat je baby onder een mobiele of babygym liggen, geef hem of haar een zacht speeltje, maak een speeltje of ballon vast aan de fles, doe een stevige kralenketting bij jezelf om of geef deze aan je baby.

#### TIP 2

## Maak gebruik van bekende smaken en geuren

- Oefen met vers afgekolfd moedermelk. Melk uit de koelkast/vriezer of kunstvoeding heeft een andere smaak dan verse moedermelk. Een kleine hoeveelheid afgekolfd melk (20-30ml) is al voldoende.
- Doop de speen van de fles in moedermelk en/of draag deze in je bh, zodat de speen een vertrouwde geur krijgt.

#### TIP 4

## Verleid je baby tot het drinken uit de fles

- Wek de zoek- en hapreflex op door met de speen tussen neus en bovenlip te strelen.
- Breng de speen pas naar binnen als de mond (wijd) open gaat en richt de speen richting het gehemelte.
- Niet dwingen. Kauwen op de speen mag: één druppel melk kan er al voor zorgen dat je baby gaat zuigen.
- Laat je baby eerst even op je pink zuigen en wissel daarna de pink om voor de fles.
- Vouw je wijs- en middelvinger rond de tuit van de speen, zodat er huidcontact is.
- Geef eerst kort de borst en bied daarna in dezelfde houding de fles aan. Als je baby (weer) uit de fles drinkt, blijf dan regelmatig een fles aanbieden om de vaardigheid te behouden. Dit hoeft geen hele voeding te zijn: een beetje melk afkolven en in de fles geven en daarna weer aanleggen aan de borst kost vaak minder tijd.

## Wanneer het oefenen niet wil lukken:

- Wat je ook probeert, stop als je baby overstuur raakt.
- Uithongeren in de hoop dat je baby de fles gaat accepteren heeft geen zin.
- Als je baby niet uit de fles wil drinken, wacht dan 5 minuten en leidt even af (door bijvoorbeeld even rond te lopen, luier te verschonen), voordat je je baby aan de borst voedt.
- Probeer een andere fles en/of speen, maar geef je baby de tijd om aan een nieuwe speen te wennen.
- Blijft je baby de fles weigeren, neem dan contact op met de jeugdarts van jouw consultatiebureau. De jeugdarts kan dan de mondmotoriek van je baby onderzoeken.

## Wat als je baby de fles blijft weigeren:

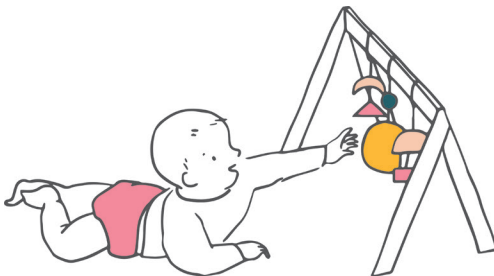
- Geef de melk zo nodig op een andere manier:
  - Uit een beker (cupfeeding), met een lepel, uit een tuitbeker (zonder anti-lek) of rietjesbeker.
  - Maak er pap van of bied ter vervanging wat groente of fruit aan (bij een baby ouder dan 6 maanden).
- Weet dat het in de regel geen kwaad kan als je baby tijdens jouw afwezigheid niets drinkt. Een baby haalt over het algemeen later ('s avonds en 's nachts) de tekorten in door vaker te willen drinken. Bekijk welke andere opties er zijn:
- zelf gaan voeden bij de opvang, extra verlof opnemen, je baby door de oppas laten brengen naar je werk of kortere werkdagen.

## CONTACT






**Werkt dit allemaal niet of wil je graag overleg? Neem dan contact met ons op.**

Jeugdgezondheidszorg Kennemerland  
088 - 995 95 95 (werkdagen van 08:30 uur tot 17:00 uur)

[jgz@jgzkennemerland.nl](mailto:jgz@jgzkennemerland.nl)  
[www.jgzkennemerland.nl](http://www.jgzkennemerland.nl)



## SOCIAL

-  Instagram
-  Facebook
-  Youtube
-  Pinterest
-  JGZ App