

Inbakeren

Kinderen worden niet op initiatief van Allerleefste ingebakerd. Dit gebeurt alleen op verzoek van ouders als het consultatiebureau/kinderarts het eens is met het inbakeren van het kind. Ouders hebben de technieken en voorwaarden van het consultatiebureau geleerd. Zij passen dit op de juiste wijze toe en kunnen het overdragen aan de kinderopvang.

Wij gaan er vanuit dat ouders thuis ook consequent met inbakeren omgaan. Inbakeren is het van schouders tot en met de voeten inwikkelen van een jonge baby in doeken om zijn eigen bewegingen te beperken zodat hij zich gemakkelijker kan overgeven aan de slaap. Het huidige inbakeren moet gezien worden als een tijdelijk hulpmiddel om te komen tot een patroon van regelmaat. Zo kan het kind weer toekomen aan de slaap, drink en speelbehoeften.

Tijdens de inbakerperiode worden rust en regelmaat dan ook gelijktijdig gehanteerd met de doeken.

Wanneer het kind helemaal is gewend aan de regelmaat worden de doeken na enkele maanden overbodig, het inbakeren kan dan weer afgebouwd worden. De regelmaat blijft gehandhaafd.

Welke kinderen hebben er baat bij om ingebakerd te worden?

- Kinderen die niet op eigen kracht in slaap kunnen vallen
- Kinderen die hazenslaapjes doen; vaak een half uur of korter. Zijn ze wakker, dan gaan ze snel huilen.
- Kinderen die onrustig zijn en overactief gedrag vertonen; tevens zichzelf uit hun slaap houden of te vroeg wakker worden door maaiende armpjes
- Kinderen die onregelmatig drinken; vaak geen ritme in hun drinkpatroon hebben; ze drinken onrustig en in kleine beetjes
- Kinderen die veel huilen zonder dat er een aanwijsbare oorzaak is gevonden, zoals onverklaarbare darmkrampjes
- Kinderen waarbij rust en regelmaat na 5 tot 7 dagen geen positief effect hebben op het slaap/waakritme.

De leeftijd waarop gestart kan worden met inbakeren is 2 weken tot 4 maanden oud. De duur van het inbakeren is 7 tot 8 weken (waarvan 1 à 2 weken wennen),

zodat kinderen uiterlijk tot de 6de maand worden ingebakerd. Veel kinderen die worden ingebakerd zijn een stuk rustiger en huilen minder. Er is geen oververmoeidheid meer en daardoor geen overprikkeling. Hierdoor kan het kind een passend slaap- waakritme ontwikkelen.

Voorwaarden

- Het kind verkeert in goede conditie (zie punten wanneer niet inbakeren)
- Het gebeurt op verzoek van de ouders (vastleggen op toestemmingsformulier)
- Het inbakeren gebeurt altijd nadat het consultatiebureau/kinderarts dit geadviseerd heeft.
- Pedagogisch medewerkers hebben goede instructie gehad van de ouder(s)/consultatiebureau of een inbakerdeskundige over hoe in te bakeren
- Het kind is al (bij voorkeur) thuis één week ingebakerd, zodat het daar de eerste week kan wennen
- Het inbakeren gebeurt met materialen die positief getest zijn en door ouders worden aangeleverd.
- Bij kinderen ouder dan 4 maanden wordt niet meer gestart met inbakeren. Als het kind 6 maanden oud is moet het inbakeren volledig zijn afgebouwd.
- De duur van het inbakeren is minimaal 6 weken en ouders passen het inbakeren thuis ook consequent toe

Bij welke kinderen wordt niet gestart met inbakeren. Niet voor alle kinderen is inbakeren een geschikt middel. Soms kan het juist averechts werken.

Medische redenen om een kind niet in te bakeren:

- Als het kind (verhoogde kans op een) dysplastische heupontwikkeling heeft
- Als het kind koorts heeft
- De eerste 24 uur na DKTP, HIB of andere vaccinaties
- Als het kind last heeft van ernstige luchtweginfectie en/of benauwdheid
- Als het kind een voorkeurshouding (scoliose) heeft door een afwijking in de wervelkolom
- Als het kind ouder is dan 4 maanden

Wanneer een baby niet in goede conditie is of als je vermoedt dat hij aan het ziek worden is of koorts heeft, mag hij nooit ingebakerd worden.