



# ONTWIKKELUPDATE OPGROEIEN... 7 MAANDEN

Wat gaat het snel! Je baby is bijna 7 maanden en ontwikkelt zich snel: je kind probeert te bewegen, gaat meer begrijpen en gaat meer eten. In deze nieuwsbrief vind je informatie over welke ontwikkelingen je kunt verwachten en hoe je je baby daarbij kunt ondersteunen.

## Leren kauwen

Inmiddels oefent je baby naast zijn borst- of kunstvoeding al met hapjes vast voedsel zoals: fijngemalen groente, fruit, aardappel, rijst, vlees of vis of een stukje brood. Je baby kan nu ook oefenen met het eten van kleine stukjes zacht voedsel om zo te leren kauwen. Je hoeft het eten van je baby dus niet altijd helemaal fijn te malen of te prakken. Ook al heeft je baby nog geen of weinig tanden, hij kauwt gewoon met de kaken. Dat is goed voor de mondspieren. Je kleintje vindt het misschien leuk om zelf stukjes eten te pakken.



Wat een goed voedingsschema is en tips met verschillende dagmenu's [lees je hier](#)

## Slapen en slaappatroon

Overdag slaapt je baby steeds minder. Met 7 maanden slapen veel baby's nog 2, of soms 3 keer. Na een jaar schakelt je kind geleidelijk over naar 1 keer slapen overdag. Tussen de slaapjes door zijn veel baby's 2-4 uur wakker. 's Nachts heeft je baby rond de 11 uur slaap nodig, maar slaapt meestal niet aan een stuk door. De hoeveelheid slaap kan per baby erg verschillen, sommige baby's zijn veel wakker, andere kinderen zijn echte slaapkopjes.

Je baby kan in de komende periode onrustiger gaan slapen. Dat kan komen doordat er tandjes doorkomen, maar ook door dromen. Alle indrukken van overdag verwerkt je baby 's nachts. Als het nodig is, is het goed om even naar je baby toe te gaan en te proberen hem in zijn eigen bedje te troosten.



Gebruik de **GroeiGids-tips** om je baby goed te laten slapen

## Drinken uit een gewone beker

Je baby kan vanaf nu proberen uit een beker te drinken. Geef eerst een open beker met water en liever geen tuitbeker. Een dikkere vloeistof als yoghurt is soms ook handig om mee te oefenen. Een beetje sturen aan de onderkant van de beker helpt. Een gewone beker is niet alleen beter voor het gebit, maar is ook goed om de mondspieren te trainen, waardoor je baby later duidelijk kan leren praten. Knoeien mag, maar als je even geen zin hebt in geklieder, is een afsluitbare beker met een rietje ook een goed alternatief.

## Taalontwikkeling

Je baby luistert steeds beter wanneer mensen praten en probeert klanken van anderen na te doen. Ook begint je baby te brabbelen. Vanaf 9 maanden begint je baby eenvoudige opdrachten te begrijpen en later ook uit te voeren zoals: 'Geef maar aan mij.' Je baby maakt gebaren, schudt het hoofd, wijst naar mensen of dingen, knikt en wuift. Als je veel met je baby praat, leert hij je steeds beter te begrijpen en leert hij uiteindelijk om zelf te praten. Daarnaast kun je nog meer doen om het leren praten te stimuleren, denk hierbij aan spelletjes spelen, zingen en voorlezen. Van televisie kijken leren kinderen niet beter praten.



Leuk om een filmpje te [bekijken](#) over de spraaktaalontwikkeling



## Tanden en mondverzorging

Zodra je baby tandjes heeft, is het belangrijk om gaatjes te voorkomen. Poets zodra de eerste tand doorkomt 1 x per dag bij voorkeur 's avonds voordat je baby naar bed gaat. Gebruik speciale peutertandpasta met fluoride zonder extra smaakje. De hoeveelheid op de borstel hoeft niet meer te zijn dan een erwt. Gebruik een kleine tandenborstel en masseer ook het tandvlees. Alle dranken, behalve water en thee zonder suiker of honing, zorgen voor een zuuraanval in de mond waardoor gaatjes kunnen ontstaan. Water kun je je baby wel altijd geven. Heeft je baby een speen? De zuigbehoefte van je baby neemt meestal af rond deze leeftijd. Je kunt de speen afbouwen en de fopspeen alleen nog gebruiken bij het inslapen. Als je baby slaapt, haal je de speen uit zijn mond en doe je zijn mondje voorzichtig dicht. Duimen afwennen is natuurlijk iets lastiger. Dat gebeurt vaak pas als je kind iets ouder is.



[Lees meer](#) over de voor- en nadelen van een fopspeen en duimen

## Ontwikkelingsvideo's 0-4 jaar

Tijdens de afspraken op het consultatiebureau kijken we naar de ontwikkeling van je kind. Dit heet het Van Wiechen Ontwikkelingsonderzoek. Je kunt een deel van dit onderzoek ook thuis bekijken. Dit kun je doen ter voorbereiding op een afspraak, maar kan natuurlijk ook op een ander moment. De video's zijn bedoeld om samen een goede indruk te krijgen van de ontwikkeling van jullie kind en zijn geen vervanging van het ontwikkelingsonderzoek door de professional. Wil jij dit ook? Ga dan naar [ggdbzo.nl/ontwikkelingsvideo's](http://ggdbzo.nl/ontwikkelingsvideo's) voor meer informatie en om de video's te bekijken.

## Veilig op de fiets

Zodra je baby zelfstandig kan gaan zitten, kun je er samen op uit op de fiets. Gemiddeld kunnen kinderen dit rond de 9 tot 12 maanden.

[Hier lees](#) je meer over hoe je je baby veilig in een fietsstoeltje kunt vervoeren en bekijk het filmpje van VeiligheidNL en leer waar je op moet letten om ongelukken te voorkomen

## Eenkennigheid en scheidingsangst

Veel baby's zijn een poosje eenkennig, je kind wil alleen bij jou zijn en reageert angstig op vreemden. Probeer je kind rustig te laten wennen aan andere mensen terwijl jij hem vasthoudt. Kiekeboe-spelletjes kunnen helpen bij scheidingsangst: je kind leert zo dat iets wat hij niet ziet, wel blijft bestaan.



Heeft jouw kind last van scheidingsangst? [Misschien helpen deze tips](#)

## Kruipen en staan

De leeftijd waarop kinderen gaan kruipen, zitten of staan verschilt: de één is wat sneller, de ander neemt wat meer de tijd. Het zijn belangrijke nieuwe ontwikkelingen. Omdat de wereld van je baby groter wordt is het belangrijk om aan veiligheid te denken. De stopcontacten afdekken en bijvoorbeeld de bodem van het bedje en de box omlaag zetten. Ga zelf eens op de grond liggen of zitten om te zien welke gevaren er in het huis schuilen voor je baby. Dan zie je bijvoorbeeld hoe gemakkelijk je kind bij een stopcontact kan komen of dat een afhangend tafelkleed met een kop hete thee heel leuk lijkt om je aan op te trekken.



[Lees verder](#) hoe je je huis veilig kunt inrichten voor je baby

Vragen? Neem contact op!

Heb je vragen over onderwerpen uit deze nieuwsbrief of over de ontwikkeling en groei van je kind? Neem contact op met de jeugdgezondheidszorg bij jou in de buurt.

GGD Brabant-Zuidoost  
Jeugdgezondheidszorg  
088 0031 414

[>](#) [@](#) [f](#)  
[ggdbzo.nl/mijnkind](http://ggdbzo.nl/mijnkind)  
[@ggdbzo](https://www.instagram.com/ggdbzo)