

Határon Átnyúló Együttműködési Program 2014-2020



PARTNERSHIP WITHOUT BORDERS

A KIS TESTSÚLLYAL SZÜLETETT GYERMEKEK OTTHONI GONDOZÁSA

A projekt címe:

Intensive Care for Future (ICF)

Fő célkitűzés:

Az együttműködés erősítése és az egészségügyi ellátási szolgáltatások minőségének javítása Kárpátalja régió és Szatmár megye területén

Projektpartnerek:

- Szatmár Megyei Sürgősségi Kórház
- Kárpátaljai Regionális Tanács „Kárpátaljai Megyei Gyermekkórháza”

Projekt indítása: 2019.12.02 | **Projekt lezárása:** 2023.11.02



Ez az útmutató azért készült, hogy segítsen Önöknek felkészülni a baba kórházból való távozására. Azokban a hetekben vagy hónapokban, amikor gyermekük kórházban volt, képzett szakemberek álltak rendelkezésre, hogy válaszoljanak a felmerülő kérdésekre, és tanácsokat adjanak. Otthon viszont Önök, szülők lesznek a gyermek fő gondozói. Éppen ezért amellett, hogy ez egy szép, boldog időszak, a baba hazamenetele egyben izgalmas és aggasztó is lehet. De ne feledjék: a baba csak azért mehet haza, mert a kórházi személyzet úgy értékeli, hogy elég jól van ahhoz, hogy elhagyja a kórházat, és Önök képesek gondoskodni róla.

A HAZAMENETEL MEGFELELŐ IDŐPONTJA

Hogyan dönti el a kórházi személyzet, hogy gyermekem készen áll-e a hazamenetelre?

Amíg Ön kórházban volt, a baba gondozásában részt vevő személyzet folyamatosan tájékoztatta Önt babája állapotáról, fejlődéséről. Annak eldöntése érdekében, hogy a baba készen áll-e a hazamenetelre, felméri állapotát, és eldöntik, hogy képes-e szabályozni a hőmérsékletét, mennyire jól táplálkozik, és folytatható-e otthon a gondozása szakemberi felügyelet nélkül. Anyaként is nagyon fontos érezni, hogy itt az ideje hazavinni a babát. Kérdései vagy aggályai lehetnek, ezért mindenképpen beszélje meg ezeket az újszülöttet gondozó személyzettel vagy csapattal.

A babámnak a fogantatástól számított 37. hetes koráig kell maradnia a kórházban?

Nem feltétlenül. Ha jól táplálkozik, hízik, és nincs egyéb problémája, akkor lehet, hogy elég jól van ahhoz, hogy az eredetileg megszabott időpont előtt, átlagosan a 36/37. héten hazamehessen. Előfordulhat, hogy a csecsemőknek hosszabb ideig kell kórházban maradniuk, mert még segítségre szorulnak az etetés, légzés vagy különböző felmerülő szövődmények miatt.

Mi a teendő, ha a babám kezelést kap, vagy nagyon kicsi még, amikor közlik velem, hogy hazamehet? Ez veszélyes?

A kórházi személyzet nem engedné haza a babát, ha ez nem volna biztonságos. Annak ellenére, hogy egyes újszülötteknek még mindig lehetnek egészségügyi problémái, az egészségügyi személyzet biztos abban, hogy Ön képes megbirkózni ezekkel a feladatokkal otthon. Mindent elmagyaráznak, amit tudnia kell ahhoz, hogy gyermeke elsődleges gondozója legyen, amikor hazabocsátják. Ha gyermeke még mindig gyógyszert szed, elmondják Önnek, miért van rá szükség, hogyan adják be, és milyen mellékhatásai lehetnek. Ne feledje, nagyon gyakori, hogy szoptatott koraszülöttek számára vitamin- és vas-kiegészítőket írnak fel.



Ikreim vannak – mi történik akkor, ha az egyik gyermek már készen áll arra, hogy hazamenjen, a másik pedig még nem?

Amikor kettes vagy hármas ikreket gondozunk, néha megesik, hogy az egyik baba a másik előtt készen áll az elbocsátásra. Természetesen ez érzelmileg és gyakorlati szempontból is nagyon nehéz a szülők számára, mivel két vagy több gyermeket különböző helyeken kell látogatniuk és gondozniuk. Néha előnyös lehet a család számára, ha az egyik gyermekről gondoskodni kezd, míg a másik további szakorvosi ellátásban részesül.

Az én korrigált életkorú babám fejlődése ugyanolyan lesz, mint egy időre született babáé?

A fejlődés nyomon követésekor figyelembe veszik a baba koraszülöttségét. Az időre született csecsemőkhöz hasonlóan, a koraszülötteknek saját növekedési ütemük és egyéni képességeik vannak, amelyek gyorsabbak vagy lassabbak lehetnek, mint más babáké.



ELÉRKEZETT A HAZAMENETEL IDEJE

Amikor a koraszülöttek olyan kicsik és betegek, nehéz lehet elhinni, hogy eljön a nap, amikor a baba már annyira jól van, hogy hazamehet. De az idő eltelt, és most már otthon kell készülni a baba érkezésére. Ha előre megszervezi a dolgokat, több időt tölthet babájával. Amellett, hogy ismeri a babáját, fontos, hogy teljesen magabiztos legyen a baba megfelelő gondozásában.

Rooming-in

Hazaindulás előtt a kórházunk lehetőséget ad az anyának, hogy a babával egy "szobában" maradjon. Ez azt jelenti, hogy néhány napig állandóan együtt volt a babával, és vigyázott gyermekére. Ez nagyobb önbizalmat ad a baba megfelelő gondozásában, miközben az egészségügyi személyzet készséggel áll rendelkezésére, ha szükséges.

A koraszülött akkor áll készen a hazamenetelre, ha a következő feltételek teljesülnek:

- önállóan lélegzik, és nincsenek 20 másodpercnél hosszabb lélegzési szünetei,
- jól eszik és hízik,
- megtartja a testhőmérsékletét,
- az anya tudja, hogyan kell gondoskodni az újszülöttről.



OTTHON

Ki segít nekem, ha a gyermekem otthon lesz?

Amikor a csecsemőt kiengedik a kórházból, egészségügyi szakemberek egy csoportja továbbra is tanácsot ad Önnek olyan kérdésekben, mint a táplálás, a növekedés, az immunizálás, a fejlődés, valamint a baba általános gondozása. Győződjön meg róla, hogy van-e egy listája a hasznos telefonszámokról:

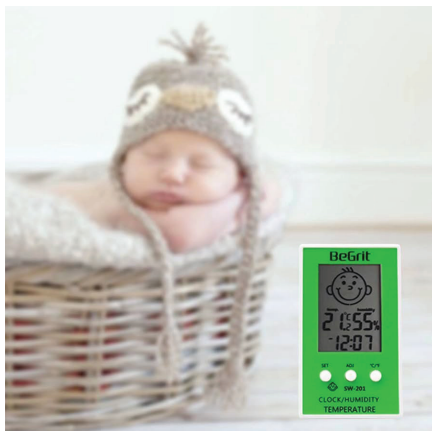
- az Ön ápolója/háziorvosa – az első kapcsolatfelvételi pont bármilyen típusú egészségügyi problémával kapcsolatban, és ő az, aki elküldheti más szakemberekhez, vagy szükség esetén a kórházba. Feltétlenül regisztráltassa gyermekét a lakcíme szerinti háziorvoshoz.
- a neonatológiai osztály, ahol a babát ellátták.

A LÁTOGATÁSOK



Hány látogatóm lehet, miután gyermekem először hazajött?

A babának meg kell szoknia az új környezetet, amikor hazaér a kórházból. Ez vonatkozik a szülőkre is. Mindenkinek alkalmazkodnia kell az új helyzethez, és ez eltarthat egy ideig. Próbálja korlátozni a látogatók számát. Ha már mindenkinek volt alkalmja megszokni az új helyzetet, és a baba jól fejlődik, fontos, hogy kezdjünk el visszatérni a normális rutinhoz, amihez hozzátartozik egy kis kijárás is. Dönthet úgy, hogy ebben a szakaszban többen is meglátogatják Önt otthonában, vagy megbeszélheti, hogy máshol találkozzanak. Fontos, hogy lehetőség szerint kerüljük a légúti fertőzésben vagy más fertőző betegségben szenvedő emberekkel való érintkezést, hogy csökkentsük az anya és a baba fertőzési kockázatát.



Milyen hőmérsékletnek kell lennie a lakásban?

Fontos, hogy ne melegítse túl a babát, de ne feledje, hogy ha a baba nagyon kicsi vagy koraszülött volt, akkor nehezebb lehet neki felmelegedni. A szobahőmérő segít a szoba hőmérsékletének rendszeres ellenőrzésében. Tartsa a hőmérsékletet 21 °C körül. Rendszeresen ellenőrizze a babát, hogy megbizonyosodjon arról, hogy nem túl meleg vagy túl hideg-e. Ezt úgy teheti meg, hogy megérinti a nyakát vagy a hasát. Normális, hogy a baba kezeit és lábait hidegebbnek érezzük, mint a teste többi részét. A baba testhőmérsékletének megfigyeléséhez digitális hőmérőre van szüksége. A mért hőmérsékletnek általában 36,5 °C és 37,1 °C között kell lennie, hónaljban mérve, vagy 0,5 fokkal magasabban, ha a hőmérsékletet végbélben mérik. Ha a baba túl meleg, vegyen le egy ruharéteget, és ellenőrizze újra a hőmérsékletét 15-30 perc múlva. Ha túl hideg, adjon rá sapkát és egy kis kabátot, esetleg zoknit. Ha a baba testhőmérséklete továbbra sem megfelelő, hívja a háziorvost.



AZ ALVÁS

Mi a legjobb alvási pozíció a babám számára?

A babát a hátára vagy az oldalára kell helyezni. Ahogy telik az idő, a csecsemők megtanulnak majd maguktól elfordulni, és maguk választják ki az alvási pozíciójukat. Amikor ez megtörténik, nem kell áthelyezni.

Alhat velem a gyermekem az ágyban?

Ezt a lehető legnagyobb mértékben kerülni kell. A legbiztonságosabb hely, ahol babája az első hat hónapban aludhat, egy kiságy, ugyanabban a szobában, ahol Ön is alszik. Ha úgy dönt, hogy maga mellé veszi az ágyba, hogy megvigasztalja vagy táplálja:

- nagyon kell vigyáznia, nehogy elaludjon,
- győződjön meg arról, hogy a baba nem tud kiesni az ágyból,
- használjon könnyű huzatot vagy paplant, ne olyan nehezét, amely túlmelegítheti a babát,
- amikor a matracon fekszik, helyezze távol a párnáktól.

Az is veszélyes, ha a babával a karjában elalszik a kanapén vagy egy széken. Ilyen esetekben helyezze vissza a babát a kiságyba lefekvés előtt.



A babám nyugtalan, és mindig azt akarja, hogy ölben tartsák. Mit kellene tennem?

A hazatérés nagy változás gyermeke számára. Minden új és más: zajok, hőmérséklet, illatok és színek. Időbe telhet, amíg a babák megszokják az új környezetet. Ne feledje, hogy a koraszülöttek aktívabban alszanak, mint az időre szültet babák, így bár éjszaka mozgolódhatnak, előfordulhat, hogy jobban alszanak, mint gondolná. Ha a baba nyugtós, megpróbálhatja megsimogatni, hogy megnyugtassa, biztosítva számára, hogy ott van. Megpróbálhatja felkapcsolva hagyni az éjszakai lámpát is. Adjon időt gyermekének, hogy próbáljon meg alkalmazkodni. Sok baba elalvás előtt rövid ideig sír, és a legjobb, ha nem veszik fel, és nem zavarják őket, így megpróbálnak maguktól lenyugodni.

Baba masszázs

A masszázs különösen hasznosnak bizonyult a koraszülött és beteg babák számára. Az egészségügyi előnyök közé tartoznak:

- a jobb alvás,
- az immunrendszer stimulálása,
- a keringés javítása,
- az emésztés elősegítése,
- a bőr állapotának javítása.

Hogyan védhetem meg a gyermekemet a fertőzések veszélyétől?

A fertőzések kockázatának csökkentése érdekében:

- kerülje azokat a helyeket, ahol sok kisgyermek tartózkodik/a zsúfolt helyeket általában,





- kerülje a nagy, légkondicionált helyiségeket, például a bevásárlóközpontokat,
- győződjön meg arról, hogy mindenki, aki kapcsolatba kerül a babával, alaposan megmossa a kezét szappannal és meleg vízzel,
- kerülje a megfázásos vagy lázas személyekkel való érintkezést.

Betegség jelei - hívja orvosát, ha:

- 38 Celsius fok feletti vagy 36 Celsius fok alatti testhőmérsékletet észlel a babánál,
- a babának hasmenése van – sok és gyenge konzisztenciájú széklete van,
- nem táplálkozik jól/eléggé,
- intenzív sárgasága van,
- nehezen tudja felébreszteni,
- légzési nehézségei vannak,
- remegő mozgásai vannak, amelyek nem állnak meg, amikor ráteszi a kezét,
- nem reagál, vagy a megszokottól eltérően reagál.

IMMUNIZÁLÁS

Mindannyiunk vérében vannak antitestek. Ezek olyan fehérjék, amelyeket a szervezet termel a fertőzések leküzdésére. Az érett csecsemők nem termelnek antitesteket, hanem a terhesség vége felé kapják azokat az édesanyjuktól. Így a korábban született babák kevesebb antitestet kapnak, és ennek következtében jobban ki vannak téve a fertőzéseknek. Nagyon fontos, hogy az Egészségügyi Minisztérium programja szerint megkapják az oltásokat.

SÍRÁS

A sírás gyakori okai:

- éhség,
- fájdalom,
- fáradtság,
- túl szűk ruha,
- nedves pelenka,
- túl meleg/hideg.



KÓLIKÁK

Mi az a kólika?

- napi 3 óránál hosszabb, megmagyarázhatatlan sírás,
- túlzott sírás, általában egyértelmű ok nélkül,
- a baba vigasztalásának nehézségei.

Hogyan csillapítsam a kólikát?

- vegye a karjaiba a babát, és finoman ringassa,
- alkalmazzon meleg fürdőt, vagy tegyen valami meleget a hasára,
- csak akkor etesse meg, ha az utolsó étkezés óta legalább 2 óra eltelt,
- masszírozza a hasát az óramutató járásával megegyező irányba.

Ne feledje: a kólika normális, nem jelenti azt, hogy a baba beteg! Maradjon nyugodt, és semmilyen körülmények között ne rázza a babát! Bánjon vele a lehető leggyengédebben!



TÁPLÁLKOZÁS

Honnan tudhatom otthon, hogy a babám elég anyatejet kap?

A megfelelően táplálkozó koraszülötteknek 24 óra alatt hat-nyolc nedves pelenkájuk van (sápadt sárga, nem erős szagú vizelettel), és rendszeres a székletürítésük. Minden gyermeknek különböző a széklete; azonban általában lágynak, sárgának kell lennie. A baba elégedettnek és boldognak tűnik a szoptatás után, és folyamatosan, a maga ütemében növekszik.

Honnan tudhatom, hogy a babám éhes?

A lényeg, hogy figyeljen a gyermekére. Ha éhség jelét adja, etesse meg!

Az éhség jelei:

- a kezét a szájához viszi,
- szopó mozdulatokat végez,
- szopja az ujjait és a kezét,
- érintésre válaszul kinyitja a száját.

Etetés közben alaposan figyelje meg babáját, hogy megbizonyosodjon arról, hogy jól nyel és szopik.

Még mindig le kell fejnem a tejem, miután hazajöttem a babámmal?

Ez a tejelválasztástól és a baba táplálkozásától függ. Nagyon hasznos, ha addig folytatjuk a fejest, amíg a baba nem tud jól táplálkozni. A fejés segít fenntartani a tejtermelést. Ne feledje, teljes mértékben Önön múlik, hogy szoptat-e vagy sem, és – ha igen – meddig szoptatja a babáját. A kutatások kimutatták, hogy az anyatej a legjobb tápanyagforrás a koraszülött vagy beteg baba számára. Ha a baba jól növekszik, megpróbálhatja "igény szerint" táplálni, azaz akkor eteti, amikor éhes, és hagyja, hogy annyit szopjon, amennyit akar.





Mit tegyek, ha a babám nem akar enni?

- legyen türelmes, és próbálkozzon tovább,
- győződjön meg arról, hogy a baba megfelelő helyzetben van,
- végső lehetőségként kínálja a tejet kanállal vagy üvegben.

Mi történik, ha nem elég a tejtermelésem?

A tápszerek

Ha nem természetes módon, szoptatva vagy lefejt tejjel táplálja a babáját, akkor speciális, koraszülötteknek való tápszereket kell használnia. Általában a kórházból való elbocsátáskor a babát gondozó orvos tájékoztatja Önt arról, hogy milyen tápszert használhat otthon, milyen időtartamra, milyen mennyiségben. Jó lenne betartani a következő szabályokat:

- etesse a babát körülbelül 3 óránként,
- mindig etetés előtt készítse el a tejet,
- steril víz előállításához forralja a csapvizet legalább 2 percig,
- mossa ki az üvegeket és cumikat meleg vízzel és mosószerrel, majd alaposan öblítse le.

A tehéntejet a koraszülöttek étrendjébe a lehető legkésőbb javasolt bevezetni, lehetőleg 1 éves kor után.



A reflux

Sok csecsemőnél tapasztalhatunk refluxot szoptatás vagy tápszeres táplálás esetén.

Ez nem jelent problémát, ha csak nem fájdalmas a baba számára, vagy a baba nem hízik megfelelően. A legfontosabb, hogy szoptatás után a babát függőleges helyzetben tartsa, amíg szükséges, és a lenyelt levegő nem távozik. Ilyen esetekben jobb a babát etetés előtt pelenkázni, mint utána. Ha a babát éjszaka is zavarja a reflux, próbálja egy kicsit feljebb emelni a kiságy végét, hogy a feje kissé megemelkedjen. Azonban ne tegyen semmit közvetlenül a baba feje alá, és soha ne használjon párnát 12 hónaposnál fiatalabb babák esetében. Ha a tünetek továbbra is fennállnak, vagy zavaróvá válnak, kérjen időpontot kezelőorvosához konzultációra.

Vitaminok

Sok koraszülöttet vitamin és vas készítménnyel engednek ki a kórházból. Ennek az az oka, hogy a magzat a terhesség utolsó hónapjában kezdi tárolni a vitaminokat, így a 36. hét előtt született babák vitaminhiányosak lesznek. A vitamin-kiegészítésre általában addig van szükség, amíg a babát el nem választják a mellről, és kiegyensúlyozott, szilárd ételeket tartalmazó étrendet nem kap. A készítmények fajtáját, a beadandó mennyiséget vagy a kezelés időtartamát azonban minden koraszülöttnél külön-külön, a kezelőorvos rögzíti a kórházi elbocsájtás alkalmával, a kórházi kiutaló lapon.



FEJLŐDÉS

A súly

A baba átlagosan napi 20-30 g-ot fog növekedni.

A hosszúság

A fogantatás utáni 40 hetes életkorig a hosszúnövekedés körülbelül 1 cm/hét lesz.

Ezután 3 hónapig - 0,75 cm/hét.

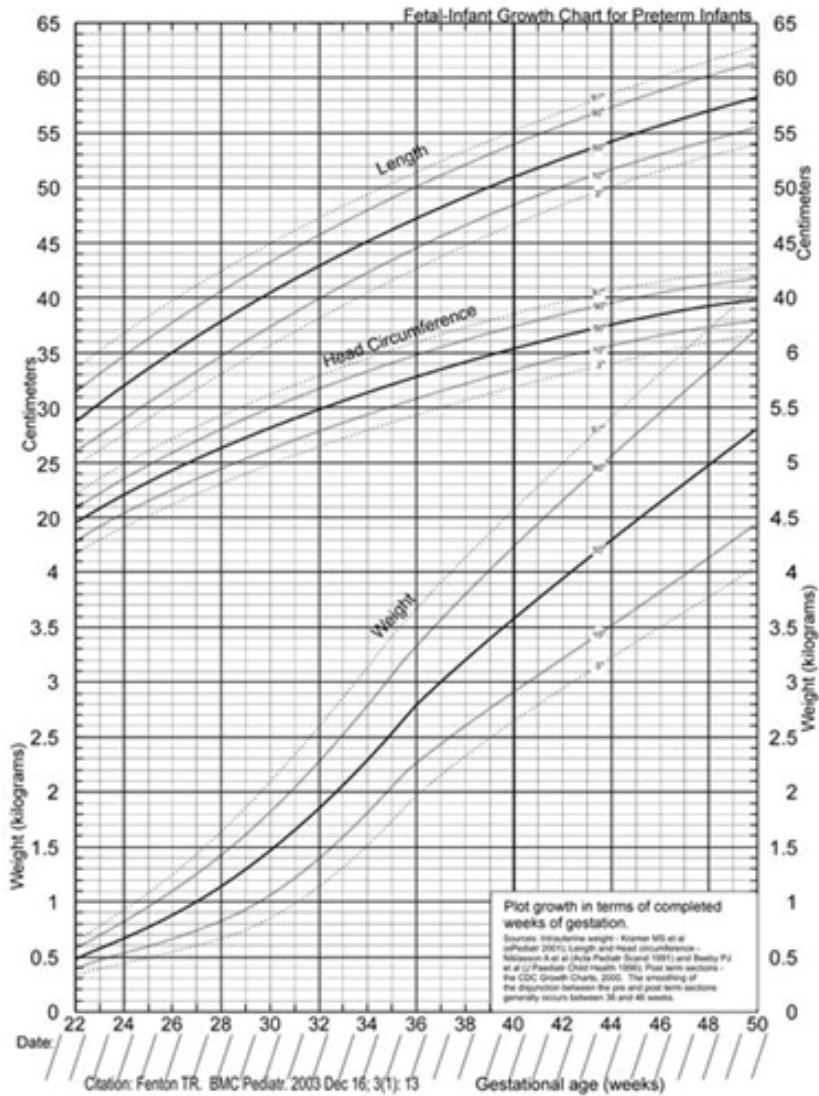
3-6 hónapos kortól - 0,5 cm/hét.

Koponya kerülete

Hetente 0,5 cm-rel nő 3 hónapos korig.

3-6 hónapos kortól - 0,25 cm/hét.

Figyelem ! Minden babának megvan a maga fejlődési üteme. Beszéljen orvosával mindenről, ami rossznak tűnik a koraszülött fejlődésére vonatkozóan!





Utánkövetési időpontok

A koraszülött baba fejlődésének nyomon követése egyénre szabott, és babánként eltérő lehet.

Általában a baba fejlődését gyermekorvos vagy neonatológus fogja felügyelni, aki hozzá szokott a koraszülöttek kezeléséhez.

Emellett szemészeti utánkövetésre - a koraszülöttek retinopátiája miatt- és neurológiai utánkövetésre, a neuromotoros fejlődés követésére is szükség van. Mindezekre a neonatológus fogja felhívja a szülő figyelmét, a kórházból való távozásakor. Utólag, ha szükséges, az utánkövetésbe más szakember is bevonható.

Mi is a koraszülöttek retinopátiája (ROP)?

A koraszülöttek retinopátiája (ROP) egy potenciálisan súlyos látási rendellenesség, amely vakさghoz vezethet. Ez elsősorban a 34. terhességi hét előtt született és 2000 g-nál kisebb testsúlyú koraszülötteket érinti. Vannak azonban olyan esetek is, amikor ezen terhességi korban túl is jelentkeznek. A ROP-t a gyermekek látásromlása, és ezzel együtt a vakさg egyik fontos okaként tartják számon



Miért fontos a ROP szűrés?

Súlyos ROP esetén a szövődmények megelőzése érdekében gyorsan közbe kell lépni. Ha időben elvégezzük a kezelést, a látásvesztés veszélye jelentősen lecsökkenthető.

Hogyan végezzük a ROP utánkövetését?

Minden csecsemőt, aki a 34. terhességi hét előtt született, vagy 2000 g-nál kisebb súlyú, szemvizsgálatra kell vinni. Az első vizsgálat a születés után 4-6 héttel vagy a terhességi kor 31-33. hete között történik. Erre akkor is sor kerülhet, amikor a baba még a kórházban van, vagy az orvos előjegyzi a vizsgálatra a hazabocsátás után.





Hogyan és mikor kezelik a ROP-ot?

Súlyos ROP esetén a retina mögötti erek kitágulnak. Ezt lézerrel kezelik, amely csökkenti az új rendellenes vérerek kialakulásának esélyét az adott területen. A kezelést a szemész szakorvos végzi. A kezelés célja a retinaleválás és ezzel együtt a vakság előfordulásának csökkentése. Az eljárást a szemész szakorvos fogja részletesen elmagyarázni, akinek a kezelés előtt bármilyen kérdést feltehet.

Miért fontos követni a koraszülöttek neurológiai fejlődését?

Mert minden koraszülöttnak, a terhességi kortól és a kapcsolódó patológiától függően, saját fejlődési üteme van. A koraszülöttet nyomon követő szakemberek felméri a baba neuromotoros fejlettségét, és ennek megfelelően alakítják a további fizioterápiát.



Következtetésképpen ...

...nagyon nehéz pontosan megmondani, hogy milyen is lesz az újszülött életminősége a későbbiekben, különösen a problémás eseteknél, és leginkább a koraszülötteknél. Esetükben, és különösen a kicsi és rendkívül kicsi koraszülöttekre vonatkozóan már számos statisztika áll rendelkezésre a kialakuló szövődményekről. De, a mindennapi gyakorlatban, mindannyian találkoztunk olyan gyermekekkel, akik megmutatták nekünk, hogy végül is a statisztika csak egy statisztika marad. Annak érdekében, hogy a lehető legnormálisabb életet éljék, csak arról gondoskodhatunk, hogy minden támogatást megadjunk nekik, mindenki együtt: neonatológusok, gyermekorvosok, szemészek, neurológusok, gyógytornászok, és a legnagyobb mértékben a szülők és a családtagok

HASZNOS TELEFONSZÁMOK

- Neonatológiai Osztály - Szatmár Megyei Sürgősségi Kórház

0261-748421

0733 024874

- Szakambulancia - Szatmár Megyei Sürgősségi Kórház

(időpont-egyeztetés céljából - gyermekneuroológia,
gyermeksebészet és ortopédia, szemészet, gyermekgyógyászat)

0261-748680

0261-770046

- Szent József Gyermekrehabilitációs Központ, Szatmárnémeti

0261-713811



PARTNERSHIP WITHOUT BORDERS

A kiadvány az Európai Unió pénzügyi támogatásával készült.
Tartalma a Szatmár Megyei Sürgősségi Kórház kizárólagos felelőssége,
és nem feltétlenül tükrözi az Európai Unió álláspontját.



A projekt az Európai Unió
társfinanszírozásával valósult meg.

www.huskroua-cbc.eu