

Ungaria – Slovacia – România – Ucraina



PARTNERSHIP WITHOUT BORDERS

SUPRAVEGHEREA LA DOMICILIU A COPIILOR CU GREUTATE MICĂ LA NAȘTERE

Titlu proiect:

Intensive Care for Future (ICF)

Obiectiv principal:

Intensificarea cooperării și îmbunătățirea nivelului serviciilor de îngrijire a sănătății în regiunea Zakarpatska și județul Satu Mare

Parteneri proiect:

- Spitalul Județean de Urgență Satu Mare
- Întreprinderea Municipală Necomercială „Spitalul Regional de Copii” al Consiliului Regional Zakarpatska

Data începerii: 02.12.2019 | **Data finalizării:** 02.11.2023



Acest ghid a fost conceput pentru a vă ajuta să vă pregătiți pentru aducerea copilului acasă de la spital. De-a lungul săptămânilor sau lunilor în care copilul a fost în spital, ați avut permanent persoane calificate pentru a vă răspunde la întrebări și pentru a vă da sfaturi. Acasă, voi părinții, veți fi principalele persoane care îngrijesc copilul. De aceea, pe lângă faptul că este un moment fericit, aducerea bebelușului acasă poate fi și emoționant și îngrijorător. Dar, nu uita – bebelușul tău vine acasă doar pentru că personalul din spital crede că este suficient de bine pentru a părăsi spitalul și că voi sunteți capabili să aveți grijă de el.

MOMENTUL POTRIVIT PENTRU A MERGE ACASĂ

Cum va decide personalul spitalului când copilul meu este gata să plece acasă?

Personalul implicat în îngrijirea bebelușului v-a ținut la curent cu progresul acestuia în timp ce v-ați aflat în spital. Pentru a decide dacă bebelușul este pregătit să plece acasă, acesta va fi evaluat și se va decide dacă este capabil să își controleze temperatura, cât de bine se hrănește și dacă îngrijirea lui poate fi continuată acasă, fără sprijin profesional constant. De asemenea, este foarte important, ca mamă, să simțiți că este momentul potrivit să vă duceți bebelușul acasă. Este posibil să aveți întrebări sau nelămuriri, așa că asigurați-vă că le discutați cu personalul sau cu echipa care a îngrijit nou-născutul.

Copilul meu va trebui să rămână în spital până când va ajunge la vârsta de 37 săptămâni de la momentul concepției?

Nu întotdeauna. Dacă el se hrănește bine, crește în greutate și nu are alte probleme, acesta poate fi suficient de bine pentru a merge acasă înainte de termenul stabilit inițial, la o medie de 36/37 săptămâni. Bebelușii pot fi nevoiți să stea mai mult timp în spital dacă au nevoie de ajutor la hrănire, respirație sau au apărut alte complicații.

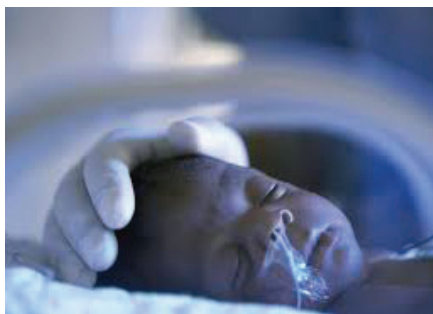
Ce se întâmplă dacă bebelușul meu are tratament sau este foarte mic atunci când mi se spune că pot merge acasă? Este periculos acest lucru?

Personalul medical din spital nu ar externa bebelușul în cazul în care acest lucru ar fi nesigur. Chiar dacă unii nou-născuți pot avea încă probleme medicale, personalul medical este sigur că sunteți în măsură să faceți față la domiciliu. Acesta vă va explica tot ce trebuie să știți pentru a deveni principalii îngrijitori ai bebelușului atunci când se externează. În cazul în care nou-născutul primește încă medicamente, veți fi informați cu privire la motivul pentru care este necesar, cum se administrează și ce efecte secundare au. Amintiți-vă că este foarte frecvent să se prescrie suplimente de vitamine și fier pentru copiii prematuri care sunt alăptați.



Am gemeni - ce se întâmplă dacă un copil este gata să meargă acasă înaintea celuilalt?

Când ai născut gemeni sau tripleți, se întâmplă uneori ca unul dintre copii să fie gata pentru externare, înaintea celuilalt. Desigur, acest lucru poate fi foarte dificil pentru părinți, atât la nivel emoțional, cât și practic, cu vizitarea și îngrijirea a doi sau mai mulți copii în locuri diferite. Uneori poate fi benefic pentru familie să înceapă să aibă grijă de un copil, în timpul în care celălalt copil primește îngrijiri medicale de specialitate suplimentare.



Dezvoltarea bebelușului meu, cu vârsta corectată, va fi aceeași ca a unui bebeluș născut la termen?

Prematuritatea bebelușului va fi luată în considerare atunci când se urmărește dezvoltarea lui. La fel ca și bebelușii la termen, bebelușii prematuri vor avea propriul ritm de creștere și abilități individuale, care pot fi mai rapide sau mai lente decât la alți bebeluși.

A SOSIȚ MOMENTUL PLECĂRII ACASĂ

Atunci când bebelușii prematuri sunt atât de mici și bolnavi, poate fi greu de crezut că va veni ziua în care copilul va fi suficient de bine pentru a merge acasă. Dar timpul a trecut, iar acum trebuie să vă pregătiți pentru sosirea acasă a bebelușului. Dacă vă organizați din timp, veți putea petrece mai mult timp cu bebelușul. Pe lângă faptul că vă cunoașteți bebelușul, este important să vă asigurați că sunteți complet încrezători în a oferi îngrijirea adecvată acestuia.

Rooming-in

Înainte de a merge acasă, spitalul nostru oferă mamei șansa de a sta cu bebelușul "în cameră". Aceasta înseamnă că ați avut grijă de nou-născut peste noapte, timp de câteva zile. Acest fapt vă va oferi mai multă încredere în îngrijirea corectă a bebelușului, în timp ce personalul medical a fost la îndemână pentru a vă putea ajuta, dacă a fost necesar.

Prematurul este gata să plece acasă dacă se îndeplinesc următoarele condiții:

- respiră singur și nu face pauze/opriri de respirație mai lungi de 20 secunde,
- mănâncă bine și crește în greutate,
- își menține temperatura corpului,
- mama știe să îngrijească nou-născutul.



ACASĂ

Cine mă va ajuta odată ce copilul meu este acasă?

Atunci când bebelușul este externat din spital, un grup de profesioniști din domeniul sănătății va continua să vă consilieze cu privire la aspecte precum hrănirea, creșterea, imunizarea, dezvoltarea, precum și îngrijirea generală a copilului. Asigurați-vă că aveți o listă de numere de contact utile:

- asistentul/medicul de familie al dumneavoastră - este primul punct de contact pentru orice tip de problemă legată de sănătate și poate face trimiteri la alte cadre medicale specializate sau, dacă este necesar, la spital. Este esențial să vă înregistrați copilul la un medic de familie în zona adresei de domiciliu.
- secția de neonatologie unde a fost îngrijit bebelușul.

VIZITELE



Câți vizitatori pot avea după ce copilul meu ajunge pentru prima dată acasă?

Bebelușul va trebui să se obișnuiească cu un mediu nou atunci când ajunge acasă din spital. Acest lucru este valabil și pentru părinți. Toată lumea trebuie să se adapteze la noua situație, iar acest lucru poate dura ceva timp. Încercați să limitați numărul de vizitatori. Odată ce toată lumea a avut șansa să se obișnuiească cu noua situație și bebelușul progresează bine, este important să începeți să reveniți într-o rutină normală, care presupune și să ieșiți câte puțin. Puteți decide să aveți mai mulți oameni care să vă viziteze în această etapă sau să vă organizați să-i întâlniți în altă parte. Este important să evitați, pe cât posibil, contactul cu persoanele care au infecții respiratorii sau alte boli contagioase, pentru a reduce riscurile de infecție pentru mamă și copil.



Ce temperatură ar trebui să fie în casă?

Este important să nu supraîncălziți bebelușul, dar nu uitați că, dacă bebelușul a fost foarte mic sau prematur, i-ar putea fi mai greu să se încălzească. Un termometru de cameră vă va ajuta să monitorizați temperatura camerei. Păstrați temperatura în jurul valorii de 21° Celsius. Verificați copilul în mod regulat pentru a vă asigura că nu este prea cald sau rece. Puteți face acest lucru atingând partea din spate a gâtului sau burtica. Este normal ca mâinile și picioarele bebelușului să se simtă mai reci decât restul corpului. Pentru monitorizarea temperaturii bebelușului vă trebuie un termometru digital. Temperatura măsurată ar trebui să fie în mod normal între 36,5° și 37,1° Celsius, măsurată în axilă, sau cu 0,5 grade mai mult dacă măsurarea se face intrarectal. Dacă bebelușul este prea cald, dați jos un strat de hăinuțe și verificați iar după 15-30 minute. Dacă este prea rece, puneți o căciuliță pe cap și o hăinuță în plus și eventual șosețele. Dacă temperatura corporală a bebelușului este în continuare modificată, sunați medicul de familie.



SOMNUL

Care este cea mai bună poziție de dormit pentru bebelușul meu?

Ar trebui să așezați copilul pe spate sau în poziție laterală. În cele din urmă, bebelușii învață să se rostogolească singuri și își vor alege ei poziția de somn. Când se întâmplă acest lucru, nu trebuie să îl re poziționați.

Copilul meu poate să doarmă în pat cu mine?

Ar trebui să evitați acest lucru cât mai mult posibil. Cel mai sigur loc pentru ca bebelușul să doarmă în primele șase luni este într-un pătuț, în aceeași cameră cu tine. Dacă te hotărăști să pui bebelușul în pat cu tine pentru a-l alina sau hrăni:

- trebuie să fii foarte atentă să nu adormi,
- asigură-te că bebelușul tău nu poate cădea din pat,
- folosește huse ușoare sau pilote, nu huse grele care pot supraîncălzi bebelușul,
- când se află pe saltea, așează-l departe de perne.

De asemenea, este periculos să adormi pe canapea sau pe un scaun cu copilul în brațe. În oricare dintre aceste cazuri, pune copilul înapoi în pătuț înainte de a merge la culcare.



Copilul meu este neliniștit și vrea să fie luat în brațe tot timpul. Ce ar trebui să fac?

Venirea acasă este o mare schimbare pentru copilul vostru. Totul este nou și diferit: zgomote, temperatură, mirosuri și culori. Poate dura ceva timp pentru ca bebelușii să se obișnuiască într-un mediu nou. Amintiți-vă că bebelușii prematuri au un somn mai activ decât bebelușii la termen, așa că, deși se pot mișca noaptea, s-ar putea să doarmă mai bine decât credeți. Dacă bebelușul este neliniștit, puteți încerca să-l mângâiați pentru a-l liniști, asigurându-l că sunteți acolo. De asemenea, puteți încerca să lăsați o lumină de veghe aprinsă. Acordați-i copilului timp pentru a încerca să se adapteze. Mulți copii plâng pentru scurt timp înainte de a merge la culcare și este mai bine să nu-i ridicați sau să-i deranjați dacă încearcă să se liniștească.

Masajul bebelușului

Masajul s-a dovedit a fi deosebit de util pentru bebelușii prematuri și bolnavi. Beneficiile pentru sănătate includ:

- un somn mai bun,
- stimularea sistemului imunitar,
- îmbunătățirea circulației,
- ajutarea digestiei,
- îmbunătățirea stării pielii.



Cum pot proteja copilul meu de la riscul de infecții?



Reducerea riscului de infecții

- evitați locurile în care există grupuri mari de copii mici/locurile aglomerate,
- evitați clădirile mari cu aer condiționat, cum sunt centrele comerciale,
- asigurați-vă că toți cei care intră în contact cu bebelușul se spală bine pe mâini, cu săpun și apă caldă,
- reduceți contactul cu persoanele care au răceală sau febră.

Semne de boală - sunați medicul dacă:

- are temperatura peste 38 grade Celsius sau sub 36 grade Celsius,
- are diaree - scaune numeroase și cu consistență redusă,
- nu se alimentează bine/destul,
- are icter intens,
- vă este greu să îl treziți,
- are dificultăți de respirație,
- are mișcări de tip tremurături, care nu se opresc când puneți mâna pe el,
- nu reacționează sau reacționează altfel decât până atunci.

IMUNIZĂRILE

Cu toții avem anticorpi în sânge. Acestea sunt proteine produse de organism pentru a lupta împotriva infecțiilor. Bebelușii la termen nu produc anticorpi, ci îi primesc de la mămicile lor spre sfârșitul sarcinii. Astfel, bebelușii născuți devreme vor primi mai puțini anticorpi și, ca urmare, vor fi mai expusi la infecții. Este foarte important ca aceștia să-și primească vaccinurile în conformitate cu schema Ministerului Sănătății.

PLÂNSUL

Cauze obișnuite de plâns:

- foame,
- durere,
- somn,
- îmbrăcăminte prea strânsă/strâmtă,
- scutec ud,
- îi este prea cald/frig.



COLICILE

Ce sunt colicile?

- plâns inexplicabil pentru mai mult de 3 ore/zi,
- plâns excesiv, de regulă fără motiv clar,
- dificultate în a consola bebelușul.

Cum calmez colicile?

- luați bebelușul în brațe și legănați-l ușor,
- faceți-i o băiță caldă sau puneți-i ceva cald pe burtică,
- alimentați-l doar dacă au trecut minim 2 ore de la ultima masă,
- masați-i burtica în sensul acelor de ceasornic.

Amintiți-vă: colicile sunt un lucru normal, acestea nu înseamnă că bebelușul este bolnav! Rămâneți calmi și, în nici un caz, nu scuturați bebelușul! Comportați-vă cât se poate de blând cu acesta!



ALIMENTAȚIA

Cum voi ști că bebelușul meu primește suficient lapte matern atunci când sunt acasă?

Copiii prematuri care se alimentează corect au șase până la opt scutece umede la fiecare 24 de ore (constând din urină palidă care nu are un miros puternic) și mișcări regulate ale intestinului. Toți copiii au scaune diferite; cu toate acestea, în general, acestea ar trebui să fie moi, galbene. Bebelușul va părea mulțumit și fericit după o alăptare și va crește constant, în ritmul propriu.

Cum voi ști că bebelușului meu îi este foame?

Cheia este să vă ascultați copilul. Dacă va da un semn de foame, hrăniți-l!

Semne de foame:

- mișcări de ducere a mâinii la gură,
- mișcări de supt,
- suge degetele și mâna,
- deschide gurița ca răspuns la atingere.

Urmăriți-vă bebelușul îndeaproape în timp ce se hrănește, astfel încât să fiți siguri că înghite și suge bine.

Mai trebuie să-mi mulg laptele după ce ajung cu copilul meu acasă?

Acest lucru va depinde de fluxul de lapte și de cât de bine se hrănește copilul tău. Este foarte util să continuați să pompați până când bebelușul este capabil să se alimenteze bine. Pompatul vă va ajuta să vă mențineți producția de lapte. Amintiți-vă, depinde în întregime de dumneavoastră dacă alăptați sau nu, și – dacă o faceți – cât timp vă alăptați bebelușul. Cercetările au arătat că laptele matern al unei mame este cea mai bună sursă de nutriție pentru un bebeluș prematur sau bolnav. Dacă bebelușul crește bine, puteți încerca să-l hrăniți "la cerere", atunci când se simte înfometat și lăsați-l să se hrănească cât își dorește.





Ce trebuie să fac dacă bebelușul meu nu dorește hrana?

- fiți răbdători și continuați să încercați,
- asigurați-vă că bebelușul este poziționat bine,
- oferiți laptele cu lingurița sau cu sticla, ca ultimă soluție.

Ce se întâmplă dacă eu nu produc lapte suficient?

Formulele de lapte

În cazul în care nu alimentezi natural, la sân sau cu lapte muls, alimentează prematurul doar cu formule speciale pentru acestia.

De regulă, la externarea din spital, medicul care a îngrijit bebelușul vă va informa în legătură cu formula pe care o veți administra acasă, pe ce perioadă, în ce cantitate. Ar fi bine să respectați următoarele reguli:

- alimentați bebelușul la aproximativ 3 ore,
 - preparați laptele înainte de fiecare administrare,
 - pentru a obține apa sterilă, fiebeți apa de la robinet cel puțin 2 minute,
 - spălați sticlele și tetinele cu apă caldă și detergent și clătiți-le din abundență.
- Laptele de vacă este recomandat să se introducă cât mai târziu cu puțință în alimentația prematurului, de preferat după vârsta de 1 an.



Refluxul

Mulți copii prezintă reflux după alăptare sau după hrănirea cu biberonul. Aceasta nu este o problemă, cu excepția cazului în care este dureros pentru copilul dumneavoastră, sau în cazul în care bebelușul nu crește în greutate. Cel mai important lucru este ca după o hrănire să țineți copilul în poziție verticală atâta timp cât este necesar, până la eliminarea aerului. Schimbarea scutechului bebelușului înainte de hrănire ajută mai mult decât schimbarea acestuia ulterior. Dacă bebelușul suferă de reflux în timpul nopții, încercați să ridicați capătul patutului puțin mai sus, astfel încât capul să fie ușor ridicat. Cu toate acestea, nu trebuie să puneți nimic direct sub capul copilului și să nu utilizați niciodată o pernă la un copil sub 12 luni. Dacă simptomele persistă sau devin deranjante, faceți o programare la medic în vederea unui consult.

Suplimente de vitamine

Mulți copii prematuri sunt externăți din spital luând vitamine și fier. Acest lucru se datorează faptului că bebelușii stochează vitamine în ultima lună de sarcină, astfel încât bebelușii născuți înainte de 36 săptămâni ar putea să fie lipsiți de acestea. Suplimentarea va dura, de obicei, până când bebelușul este înțărcat și primește o dietă echilibrată, formată din alimente solide. Tipul de preparate, cantitatea de administrat sau durata tratamentului vor fi consemnate însă, pentru fiecare prematur în parte, de către medicul curant, pe biletul de externare din spital.



DEZVOLTAREA

Greutatea

Bebeluşul va creşte în medie 20-30 g/zi.

Lungimea

Creşterea în lungime va fi de aproximativ 1 cm/săptămână până la atingerea vârstei de 40 săptămâni postconcepție.

Apoi, până la 3 luni - 0.75 cm/săptămână.

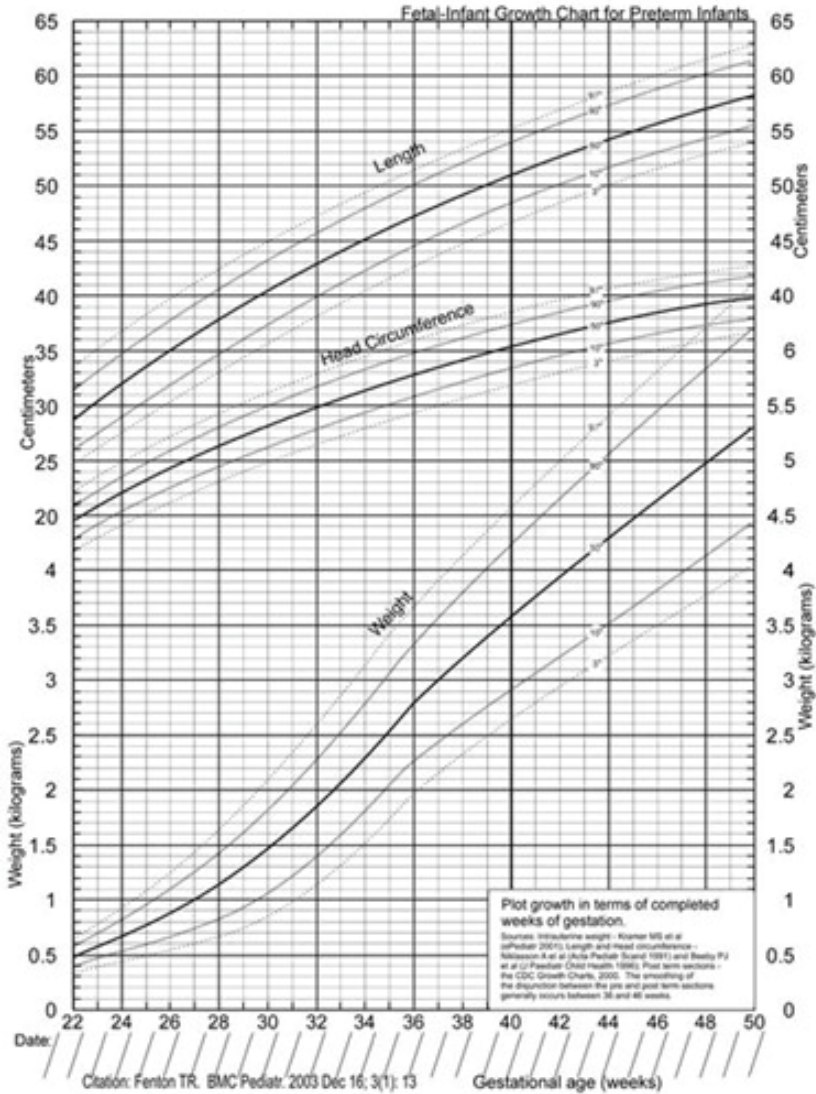
De la 3-6 luni - 0.5 cm/săptămână.

Circumferința craniană

Creşte cu 0.5 cm/săptămână până la 3 luni.

De la 3-6 luni - 0.25 cm/săptămână.

De reținut! Fiecare bebeluş are ritmul său de dezvoltare. Discutați cu medicul orice vi se pare în neregulă cu referire la modul cum evoluează prematurul!





Programări de follow-up

Schema de urmărire a dezvoltării prematurului va fi individualizată, putând diferi de la un bebeluș la altul. În general, dezvoltarea bebelușului va fi monitorizată de un medic pediatru sau neonatolog care este obișnuit să se ocupe de bebelușii prematuri. În plus, va fi urmărit de către medicul oftalmolog pentru retinopatia prematurului și de către medicul neurolog care evaluează periodic prematurul din punctul de vedere al dezvoltării lui neuro-motorii. Această schemă îți va fi adusă la cunoștință de către medicul neonatolog la externarea din maternitate și va fi ulterior completată de fiecare dată când este nevoie, de către oricare medic din echipă.



Ce este retinopatia de prematuritate (ROP)?

Retinopatia de prematuritate (ROP) este o tulburare de vedere cu potențial grav ce poate duce la orbire, care afectează în primul rând prematurii care se nasc înainte de 34 săptămâni de gestație și sub 2000 g. Există însă și cazuri raportate și peste această vârstă gestațională la cei cu anumite riscuri. ROP a fost recunoscută ca o cauză importantă a afectării vizuale a copiilor și implicit a orbirii.

De ce este important screening-ul ROP?

Dacă este prezentă o ROP în stadiu sever, aceasta trebuie tratată rapid pentru a preveni complicațiile. Tratamentul poate fi administrat la timp și potențialul pierderii vederii poate fi redus.

Cum se monitorizează ROP?

Toți copiii care sunt născuți înainte de 34 săptămâni de gestație sau cântăresc sub 2000 de grame, sunt programați pentru examinări oculare. Examenul inițial este la 4-6 săptămâni după naștere sau între 31-33 săptămâni vârsta gestațională. Acest lucru poate să se întâmple cât timp bebelușul este în maternitate sau medicul va programa copilul pentru consult după externare.





Cum și când este tratată ROP?

În cazul unei ROP grave, vasele de sânge din spatele retinei sunt dilatate. Aceasta este tratată cu ajutorul unui laser care reduce șansele ca în acea zonă să se mai dezvolte noi vase de sânge anormale. Tratamentul va fi efectuat de către oftalmolog. Scopul tratamentului este de a reduce incidența dezlipirii de retină și implicit a orbirii. Această procedură vă va fi explicată în detaliu de către medicul oftalmolog, căruia îi puteți adresa orice întrebare înainte de tratament.

De ce este important să urmărim evoluția neurologică a prematurului?

Pentru că fiecare prematur, în funcție de vârsta de gestație și patologia asociată, va avea un ritm propriu al dezvoltării. Specialiștii care vor avea în urmărire prematurul vor aprecia în mod obiectiv achizițiile neuro-motorii ale acestuia și vor adapta conduita kinetoterapeutică în consecință.



În concluzie...

...este foarte dificil să spui cu exactitate care va fi calitatea vieții unui nou-născut, mai ales al celui cu probleme. În cazul prematurilor, și mai ales al prematurilor mici și extrem de mici, există statistici numeroase despre complicațiile pe care le poate dezvolta. Însă în practica medicală s-au întâlnit copii care au arătat că până la urmă o statistică rămâne doar o statistică. Pentru a duce o viață cât mai normală putem doar să ne asigurăm că le oferim tot suportul, împreună cu neonatologii, pediatri, medici de familie, oftalmologi, neurologi, kinetoterapeuți și, în cea mai mare măsură, părinții și familia.

Telefoane utile

- Secția Neonatologie Spitalul Județean de Urgență Satu Mare
0261-748421
0733 024874
- Ambulatoriul de specialitate Spitalul Județean de Urgență Satu Mare
(pentru programare Neurologie infantilă,
Chirurgie și Ortopedie Pediatrică, Oftalmologie, Pediatrie)
0261-748680
0261-770046
- Centrul de reabilitare "Sf.Iosif" Satu Mare
0261-713811



PARTNERSHIP WITHOUT BORDERS

Această publicație a fost realizată cu sprijinul financiar al Uniunii Europene. Conținutul acesteia este responsabilitatea exclusivă a Spitalului Județean de Urgență Satu Mare și nu reflectă neapărat punctul de vedere al Uniunii Europene.



Proiectul este cofinanțat de către Uniunea Europeană.

www.huskroua-cbc.eu