SKRÍNINGOVÉ VYŠETRENIA

V rámci neonatológie je stanovených niekoľko povinných vyšetrení, ktoré boli urobené aj vášmu dieťatku. Ide o:

- Skríning vrodených porúch látkovej výmeny – fenylketonúria (FKÚ), hypotyreóza (KH), kongenitálna adrenálna hyperplázia (CAH), cystická fibróza (CF) a rozšírený skríning metabolických ochorení. V prípade pozitívneho výsledku budete vyzvaná prostredníctvom ošetrujúceho lekára dieťatka na kontrolné vyšetrenie.
- Sonografické vyšetrenie obličiek a mozgu – vyšetrenie bolo zamerané na odhalenie vrodených ochorení obličiek, močového mechúra, močových ciest a mozgu.
- Vyšetrenie bedrových zhybov – Ortholániho test vykonal lekár – ortopéd. Ďalšie vyšetrenie nasleduje medzi 4. – 6. týždňom veku dieťatka. Ide o sonografické vyšetrenie bedrových kĺbov, ktoré sa vykonáva v Detskej fakultnej nemocnici v Banskej Bystrici. Po príchode domov sa na toto vyšetrenie objednáte telefonicky, na telefónnom čísle: 048/472 65 75 alebo v 4. týždni života dieťatka navštívite ortopedickú ambulanciu v starom nemocničnom areáli, utorok 16:00 – 17:00 hod.(nie je potrebné sa objednať).
- Kongenitálna katarakta (CC) – vyvolanie tzv. červeného reflexu presvietením oka oftalmoskopom.
- Echoscreen – na 3. deň života dieťatka bolo vykonané vyšetrenie otoakustických emisií. Ak bol výsledok pozitívny, kontrolné vyšetrenie sa opakuje v prvom mesiaci života dieťatka na Neonatologickej klinike SZU.
- Postduktálna a preduktálna saturácia O_2 – po narodení, druhý deň života dieťatka a v deň prepustenia bolo zmerané prístrojom nasýtenie krvi kyslíkom.
- Pulzácia veľkých ciev na dolných končatinách.
- U chlapcov – zostúpenie semenníkov.

OTUŽOVANIE

Neodmysliteľnou súčasťou denného režimu vášho dieťatka je pobyt na čerstvom vzduchu. V letných mesiacoch môžete ísť s novorodencom von už koncom prvého týždňa. Vychádzky by však nemali trvať dlhšie ako pol hodiny, postupne ich predlžujte. V horúcom lete kočík umiestnite do tieňa a vychádzky absolvujte v dopoludňajších a podvečerných hodinách.

V chladnejších mesiacoch môžete začať s postupným otužovaním dieťatka v 2. – 3. týždni jeho života. Otužovať začínajte najprv pri otvorenom okne. Dieťatko oblečte tak, ako keby ste šli s dieťatkom von. Prvé otužovanie trvá asi 10 – 15 min, postupne čas predlžujte až na pol hodiny. Po takomto otužovaní vo vnútri, môžete ísť s bábätkom von, pričom postupne čas pobytu predlžujte. Bábätko obliekajte štýlom „cibule". Viac vrstiev odevu, ktoré má na sebe je preň vhodnejšie, ako jedna hrubá. Nezabudnite natrieť tváričku, pery prípadne rúčky bábätka vhodným ochranným krémom.

Každá matka si želá, aby jej dieťa bolo v živote šťastné, úspešné ale hlavne zdravé. Ak vám tieto riadky dajú odpoveď aspoň na jednu otázku, ktorá vám doma napadne, splnili svoju úlohu.

Spracovala:
PhDr. Renáta Černáková

Odsúhlasila:
MUDr. Jana Nikolinyová, PhD.
prednostka Neonatologickej kliniky SZU

FNsP F. D. Roosevelta
Banská Bystrica

ČO ROBIŤ DOMA...

Rady pre mamičky, ako sa starať o novorodenca po príchode z pôrodnice

NEONATOLOGICKÁ KLINIKA SZU FAKULTNEJ NEMOCNICE S POLIKLINIKOU F. D. ROOSEVELTA, BANSKÁ BYSTRICA

Milé mamičky, pred niekoľkými dňami ste darovali život vášmu dieťatku. Teraz nastala tá chvíľa, keď s ním odchádzate domov z pôrodnice. V prvých dňoch po prepustení vás doma čakajú nielen chvíle radosti, ale aj možné obavy, či dokážete dať vášmu dieťatku to, čo potrebuje a či to všetko zvládnete. Pri odchode domov si okrem dieťatka odnášate aj Správu o novorodencovi a ošetrovateľskú prepúšťaciu správu. Prepustenie z nemocnice je potrebné do 24 hodín oznámiť lekárovi prvého kontaktu, pediatrovi, ktorý následne preberá starostlivosť o vaše dieťatko. Pri prvom stretnutí mu odovzdáte dokumentáciu, ktorú ste obdržali.

Nezabúdajte na odporúčania uvedené v Správe o novorodencovi!

VÝŽIVA

V ranom veku je výživa pre zdravý vývoj dieťatka rozhodujúca. Najprirodzenejšou výživou v tomto veku je materské mlieko. Materské mlieko je dokonale čisté, ľahko stráviteľné, obsahuje všetky potrebné živiny a ochranné látky, ktoré chránia novorodenca proti infekciám, a tak poskytujú najlepšiu ochranu proti hnačke, nákazám a alergiám. K dispozícii je vždy čerstvé, primerane teplé a čo je najdôležitejšie, najideálnejšie zložené mlieko, ktoré ani v dnešnej modernej dobe nie je možné nahradiť čímkoľvek kvalitnejším. Dojčenie je najpohodlnejšia metóda kŕmenia.

Mnohým matkám sa zdá, že ich mlieko je „slabé". Nie je to pravda. Vzhľad mlieka i jeho množstvo sa po pôrode mení podľa potrieb dieťatka.

Dieťatko dostáva dostatok mlieka od matky, ak:

- pije bez obmedzenia najmenej 6-krát denne,
- vyzerá zdravo, je aktívne a čulé,
- je spokojné a priberá,
- má ružovú a hebkú pokožku,
- má denne viac ako 4 mokré plienky,
- má stolicu zlatožltej farby.

Častý plač, nepokoj a dožadovanie sa častejšieho kŕmenia nemusia byť známkami nedostatku materského mlieka.

Príznakmi nedostatku materského mlieka sú:

- ! nedostatočný hmotnostný prírastok (menej ako 500 g za mesiac),
- ! malé množstvo hustého moču (menej ako 6-krát denne).

Krízu v dojčení, ktorá sa z času na čas môže dostaviť, neriešte ihneď siahnutím po výrobkoch umelej výživy! Pri prekonaní tohto problému, ktorý zvyčajne trvá 2 – 3 dni, vám môže byť nápomocná poradňa dojčenia, ktorú nájdete na webovej stránke **www.cloviecikbb.sk** a na telefónnom čísle **0905 819 038**.

Po počiatočných problémoch, ktoré sa môžu vyskytnúť, je schopná takmer každá matka úspešne dojčiť.

Dieťatko okrem výživy potrebuje aj pocit lásky, bezpečia a istoty. To všetko nájde pri dojčení v náruči svojej matky. Na dostatočnú tvorbu mlieka potrebujete nielen dostatočné množstvo tekutín, ale aj oddych, pohodu a psychickú podporu vašich najbližších.

Ak tvorba mlieka je u vás natoľko výdatná, že musíte prebytočné mlieko odsávať, radi uvítame vaše rozhodnutie, stať sa darkyňou ženského mlieka. Banka ženského mlieka umožňuje úplné odstránenie umelej výživy na úseku fyziologických novorodencov. Svoje nezastupiteľné miesto má ženské mlieko darkýň na špecializovaných úsekoch neonatologickej kliniky – JIRS a JVSN. V prípade vášho rozhodnutia, darovať ženské mlieko, informujte sa na telefónnom čísle: **048 441 23 50**, kde vám poskytnú základné informácie o banke ženského mlieka. **Odovzdané ženské mlieko pomáha, lieči a zachraňuje život mnohým deťom.**

Ak sa aj napriek vašej maximálnej snahe, nevytvára dostatok mlieka v prsníkoch, je potrebné dieťatko dokŕmiť umelou výživou. Na dokrmovanie sú najvhodnejšie počiatočné adaptované umelé mlieka. Vyrábajú sa z kravského mlieka úpravou jeho zloženia tak, aby sa zmiernili rozdiely oproti materskému mlieku. Pri príprave mlieka dodržiavajte maximálnu hygienu a pokyny uvedené výrobcom umelej výživy.

PREBAĽOVANIE

Novorodenci močia častejšie než staršie deti. Za normálne sa pokladá aj močenie v intervale jedenkrát za polhodinu. Je to z toho dôvodu, že novorodenec nemá dostatočne zrelý močový mechúr a chýba mu kontrola nad vyprázdňovaním. Stolica u novorodenca je zlatožltej farby. **Výlučne dojčený** novorodenec môže mať stolicu do každej plienky, musí však byť žltej farby. Ak je jej konzistencia zmenená, napr. vodnatá, kašovitá, hlienovitá, zelená, zapáchajúca, s prímesou krvi, navštívte ošetrujúceho lekára dieťatka. Niektoré detičky majú stolicu raz za 2 – 3 dni (dokážu stráviť materské mlieko takmer bez zvyškov). U dieťatka je dôležité udržať kožu čistú, čím zabránite vzniku bolestivých

zaparenín. Znečistenú kožu umyjete teplou vodou a mydlom alebo jednorazovými čistiacimi obrúskami. Ak používate čistiace obrúsky, pokožku dieťatka je nutné dôkladne umyť vodou aspoň 1-krát denne. Podľa potreby natrite zadoček ochranným krémom. Dieťatko baľte naširoko až do vyšetrenia lekárom-ortopédom.

KÚPEĽ

Kúpeľ je základom hygienickej starostlivosti o kožu dieťatka. Miestnosť na kúpanie má mať teplotu 24 až 26 °C, voda 37 °C. Dieťatko kúpte v čistej vode. Pri kúpeli nepoužívajte špongiu, v ktorej sa môžu hromadiť mikroorganizmy. Kúpeľ by nemal trvať dlho, stačí 3 – 5 minút a to každé 2 – 3 dni. Ak je koža suchá, môžete ju ošetriť vhodným krémom. Noštek vyčistíte vatovou štetôčkou, ale len vtedy, keď je to nevyhnutné. Z ušníc osušte len vodu a vstup do zvukovodu. Zvukovod hlbšie nečistite. U chlapčekov nepreťahujte predkožku na penise. Zúženie predkožky je v tomto veku fyziologické.

PUPOK

Pupočný pahýľ nechajte samovoľne zaschnúť. Pri kúpeli pupočný pahýľ zbytočne nenamáčajte, nasilu netrhajte, odpadne sám! Po odpadnutí pupočného pahýľa pupok prekryte sterilným suchým štvorcom a prelepte šetriacim leukoplastom na 12 – 24 hodín. **V tento deň dieťatko nekúpte!** Od nasledujúceho dňa pupok dezinfikujte. Navlhčite sterilný štvorec dezinfekčným roztokom a pupok vyčistite 2-krát denne. Na pupok neaplikujte žiadne masti a zásypy. Ak je pupok alebo jeho okolie začervenané viac ako 1 deň, upovedomte o tom ošetrujúceho lekára dieťatka, prípadne navštívte detskú pohotovostnú službu. (Sterilné štvorce a dezinfekčný roztok kúpite v lekárni).

HORMONÁLNE REAKCIE

Spôsobujú ich matkine hormóny, ktoré sa v priebehu tehotenstva dostali cez placentu do krvi dieťaťa. **Novorodenecký ekzantém** je kožná reakcia, ktorá je najčastejšou a najvčasnejšou hormonálnou reakciou u novorodenca. Na tomto základe môže tak u chlapcov, ako aj u dievčat, dôjsť k **zdureniu prsnej žľazy**. Žľazy môžu vylučovať aj malé množstvo sekrétu, ktorý však nevytláčajte. Reakcia sa objavuje v prvých 2 týždňoch života. **Výtok z pošvy** je hormonálna reakcia, ktorá vzniká v prvom týždni života dievčatka. Ide o hlienový, niekedy aj krvavý výtok z pošvy. Ak sa vám zdajú reakcie príliš búrlivé a neustupujú, informujte o tom ošetrujúceho lekára dieťatka. Reakcie ustúpia po odbúraní hormónov z tela novorodenca.