

## EDUKAČNÍ LISTY

### Péče a ošetření miminek na novorozenecké JIP

Milá maminko,

Vaše miminko bylo přijato na jednotku intenzivní péče, kde jsou hospitalizovány předčasně narozené děti nebo novorozenci vyžadující lékařskou péči.

Pro správnou spolupráci je vhodné se seznámit s následujícími edukačními listy.

EL\_NOV-JIP\_09 KOJENÍ A KLOKÁNKOVÁNÍ NEDONOŠENÝCH DĚTÍ

EL\_NOV-JIP\_10 BAZÁLNÍ STIMULACE

EL\_NOV-JIP\_11 ODSTŘÍKÁVÁNÍ, ODSÁVÁNÍ A UCHOVÁVÁNÍ MATEŘSKÉHO MLÉKA

**Při vstupu na oddělení** si vždy pečlivě umyjte a vydezinfikujte ruce, před tím je nutné si sundat hodinky, prstýnky, náramky atd. Oblečte si empír a v případě nepříznivého počasí i návleky na obuv. Na JIP mají volný přístup pouze rodiče dítěte. Krátká návštěva ostatních příbuzných je možná v doprovodu rodiče v počtu maximálně dvou osob současně.

V případě jakékoliv nejistoty se nás neváhejte zeptat. Vzájemná důvěra je pro naši práci základní předpoklad. Jsme tu pro vás.



## **KOJENÍ A KLOKÁNKOVÁNÍ NEDONOŠENÝCH DĚTÍ**

Kontakt maminky s miminkem je pro rozvoj laktace velmi důležitý. Pokud není ihned po porodu možné přikládání miminka k prsu, provádíme tzv. „**klokánkovaní**“. Podstata této metody, která miminku pomáhá dozrát, spočívá v tom, že je dítě přikládáno přímo na tělo matky, kůží na kůži. Tento přímý, velmi těsný tělesný kontakt dítěti simuluje bezpečné prostředí, které mu připomíná prostředí dělohy (cítí teplo matčina či otcova těla, slyší tep srdce). Nedonošené miminko leží nahé na hrudi svého rodiče. Metoda je přínosná nejen pro něj, ale i pro jeho maminku. Chvilky klokánkovaní jsou ty nej příjemnější, které na neonatologii rodiče zažívají a prokazatelně probouzí instinktivní chování, podporují mateřské kompetence a mají pozitivní vliv na nástup laktace.

Přikládání děťátka k prsu provádíme co nejdříve, jakmile to jeho zdravotní stav dovolí. Předčasně narozené děti často nedokáží zkoordinovat sání, polykání a dýchání. Bývají při kojení spavé, unavené, proto zpočátku přikládáme 1x-2x denně. Není důležité kolik mléka miminko vysaje. Důležité je, že se zklidní, seznámí se s prsem a později začne aktivně sát. Před kojením miminko zvážíme, abychom zjistili, kolik mléka miminko z prsu vypilo. Při kojení se musí matka i dítě cítit pohodlně a příjemně. S pomocí sestry si maminka zvolí polohu, která jí bude nejlépe vyhovovat. Na oddělení využíváme křesla pro kojící matky a kojící polštář.



Velmi důležitá je správná technika podání prsu dítěti. Prs je třeba podpírat zespodu všemi prsty mimo palce, ten je položen nad dvorcem. Dítě by mělo uchopit bradavku s co největší částí dvorce. Bradavka musí ležet na jazýčku dítěte, aby ji mohlo děťátko pevně uchopit a přisát se.

Délka doby kojení se opět odvíjí od zdravotního stavu dítěte a od jeho schopnosti udržet si optimální teplotu.

Po kojení zvážení zjistíme, kolik mléka děťátko z prsu vypilo a dle toho určité množství mléka podáme jako dokrm. Dokrmujeme vlastním mlékem maminky, mlékem pasterizovaným z banky mateřského mléka nebo mlékem umělým. Dokrm cizím mlékem podléhá souhlasu matky.

Možnosti krmení a dokrmování dětí na našem oddělení jsou různé.

V prvních hodinách je to nakapané mlezivo ( první odsáté kapky mléka) na štětičku, která se dítěti zasune do pusinky a děťátko mlezivo olizuje.

Dále krmíme zavedenou tenkou sondou rovnou do žaludku, do které se pak stříkačkou velmi pomalu vstříkuje odstříkané mateřské mléko. Sonda se zavádí šetrně pusinkou, nebo nosní dírkou. Sondou se dokrmují i dětičky, které už zkoušíme přikládat k prsu.

Pokud jsou již děti schopny zkoordinovat dýchání a polykání, dokrmují se přes prst matky. Maminka zasune čistý malíček bříškem nahoru šetrně do pusinky, tak aby se bříško malíčku dotýkalo patra miminka. Po zasunutí celého prvního článku prstu začne dítě reflexně sát. Poté se podél prstu vsune do koutku pusinky celý kónus stříkačky. Ve chvíli, kdy dítě saje, se pomalu vstříkuje mléko do pusinky.

Techniku dokrmování volíme individuálně podle potřeb dítěte i na přání matky. Pokud má maminka vpáčené nebo ploché bradavky a miminku se nedaří přisát, je možné použít silikonový klobouček na bradavku.

Po nakrmení děťátka maminka odsaje zbytek mléka z prsou a uloží je do ledničky pro pozdější použití.

Kojící maminky by měly dodržovat dietní a pitný režim. Měly by se vyhýbat nadýmavým a dráždivým pokrmům, které by způsobily jejich miminku bolesti bříška. Pro dostatečnou tvorbu mléka je také důležitý dostatek tekutin.

Milé maminky, někdy je cesta ke kojení předčasně narozených dětí dlouhá a vyžaduje velkou dávku trpělivosti, ale věřte, že se rozhodně vyplatí.

*Vypracovala: Mgr. Karbanová Michaela*

*Schválila: Bc. Matušinová Monika*

*Verze č. 2 platná od 1. 7. 2020*

## **BAZÁLNÍ STIMULACE**

Na našem oddělení pracujeme s konceptem bazální stimulace. Cílem tohoto konceptu je podpora vnímání těla, identity, komunikace, orientace v prostoru a zlepšení funkcí dětského organismu v oblasti psychomotorického vývoje.

Využívané metody bazální stimulace u nedonošených miminek jsou **PELÍŠKOVÁNÍ, KLOKÁNKOVÁNÍ, INICIÁLNÍ DOTEK, POVZBUZUJÍCÍ A ZKLIDŇUJÍCÍ MASÁŽE, HANDLING.**

**Pelíškování** = polohování, při kterém využíváme pomůcku Neobed (pelíšek) a jeho součásti, které umožní dítěti vnímání svého těla a navozují pocit bezpečí a uvolnění, které mělo v děloze.

**Klokánkování** = metoda, která přibližuje maminky k jejich nedonošeným miminkům. Viz. EL\_ NOV-JIP\_09

**Iniciální dotek** = nečekané doteky mohou u miminka vyvolávat pocit nejistoty, mohou je lekat i některé naše projevy, které přicházejí nečekaně. Proto používáme techniku cíleného iniciálního doteku, kterým dítětko informujeme o počátku a ukončení naší přítomnosti a činnosti s jeho tělíčkem. Je vhodné ho podpořit i slovně. Rozlišujeme dotek rodičů od doteku personálu. Vstupně si vyberete své místo doteku, napíšeme ho na cedulku, která bude viset na lůžku. Dotek by měl být jemný a provedený celou plochou dlaně.

**Handling** = citlivými, jemnými doteky a hlazením rušíme nepříjemné vjemy a vkládáme příjemné. Přinášíme tak úlevu a uvolnění a z těla odchází stres a napětí.

**Zklidňující a povzbuzující masáže** = provádí je sestry, ale pod jejich vedením mohou i rodiče. Celková zklidňující masáž se provádí ve směru růstu chloupků, tedy směrem od hlavičky. Celková povzbuzující masáž se provádí proti růstu chloupků, když je potřeba zvýšit aktivitu miminka. Používá se například ke stimulaci dýchání.

Další možností je **orofaciální stimulace**, což je jemné masírování svalů kolem úst a nosánku. Napomáhají ke zlepšení techniky sání. A dále **Vojtova metoda**, která využívá reflexních pohybů při tlaku na určité body na těle miminek. Obě tyto metody provádí rehabilitační sestřičky.

**Vždy také dbáme nato, abychom miminkům zajistili dostatek klidu a spánku, což je velmi důležité pro jejich dozrávání!**

**ODSTŘÍKÁVÁNÍ, ODSÁVÁNÍ A UCHOVÁVÁNÍ MATEŘSKÉHO MLÉKA**

Laktace je proces, na který se Váš organismus připravuje již současně s vývojem plodu. Tvorbu mateřského mléka nelze navodit, udržet léky ani jinými prostředky, ale **pouze vhodnou stimulací – sáním z prsu.**

Mateřskému mléku předchází **mlezivo – kolostrum**. Začíná se v mléčné žláze tvořit několik týdnů před porodem a produkce pokračuje i pár dní po něm. Každá kapka této nažloutlé tekutiny je v prvních hodinách života důležitá a potřebná nejen pro děti nedonošené. Od 3. - 5. dne po porodu do přibližně 14. dne mléčná žláza produkuje přechodné mateřské mléko, které napomáhá adaptaci střev novorozence. Poté dochází k produkci zralého mateřského mléka, které svým složením odpovídá potřebám dítěte po většinu doby kojení. Dále se mateřské mléko dělí na tzv. přední mateřské mléko a zadní mateřské mléko. Přední mateřské mléko: obsahuje více vody, laktózy a dítě jej využívá k „uhasení“ žízně.

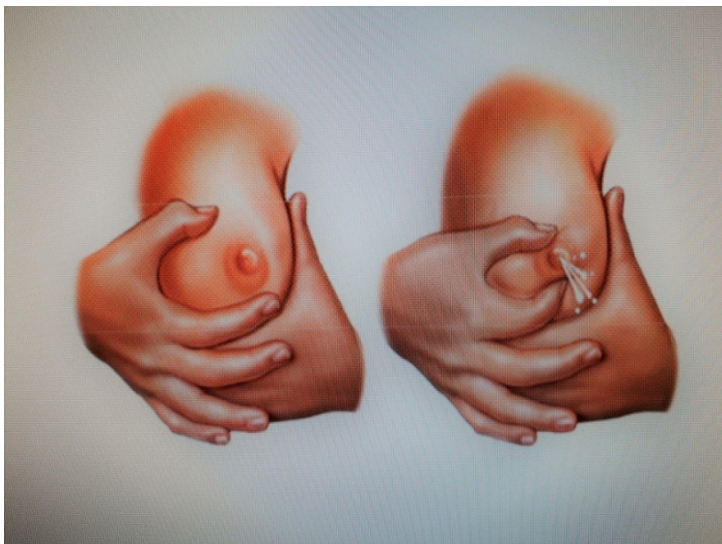
**Odstříkávání mateřského mléka je vhodné:**

- nemůžete-li Vaše miminko hned kojit (dítě nedonošené, nemocné)
- po kojení tehdy, nevyprázdní-li dítě prs a mléko se hromadí
- při nadbytku mléka
- pro uvolnění nalitých prsů a změkčení prsního dvorce s bradavkou před kojením, aby se miminko snadněji přisálo
- pro tvarování bradavek s dvorcem

Mateřské mléko můžete odstříkávat buď ručně, nebo odsávat pomocí manuální či elektrické odsávačky. Ruční odstříkávání je považováno za nejjednodušší způsob a pro prsní bradavku je velmi šetrné, pokud žena umí správnou techniku. Pro první mililitry budete mít k dispozici sterilní stříkačky nebo zkumavky. Nejdůležitějším bodem při všech technikách odstříkávání mateřského mléka je maximální čistota. Při odstříkávání si můžete pomoci přiložením teplého, vlhkého obkladu na prsy či je nahřát ve sprše.

**Technika odstříkávání mateřského mléka rukou**

Proveďte šetrnou masáž prsu krouživými pohyby směrem k bradavce. Masáž se ukončuje jemným a šetrným vyklepáním prsu v předklonu. Špičku palce položte nad dvorec a špičku ukazováku pod dvorec tak, aby prsty tvořily písmeno C. Prsty a bradavka musí být v jedné linii. Celý prs přitiskněte zbývajícimi prsty a dlaní k hrudníku. Rytmičky stlačujte bradavku, až mléko začne odkapávat. Opakujte tento trojdobý pohyb a měňte pozice prstu na dvorci. Prsty nesmějí bradavku vytahovat dopředu a nesmějí opouštět kůži, aby se neodřela. Velký nebo příliš nalitý prs podložte dlaní druhé ruky. Doba odstříkávání by se měla pohybovat kolem 20 minut, prsy je vhodné několikrát vystřídat. Pokud žena nekojí, odstříkávání by mělo napodobit harmonogram kojení dítěte, to je asi po třech hodinách.



**Ruční (manuální) odsávačka:** Pohodlným a jednoduchým způsobem můžete odstříkávat ruční (manuální) mechanickou odsávačkou do sterilních lahvíček. Frekvenci a sílu podtlaku odsávání si regulujete sama stlačením páčky nebo pomocí pístu. Manuální odsávačka je doporučena, pokud kojíte, ale občas potřebujete mateřské mléko odstříkat. Měla byste začínat pomalu a postupně sání zrychlovat, jak Vám to bude příjemné. Sání pomocí odsávačky by nikdy nemělo způsobit poškození bradavky.

**Elektrická odsávačka:** Používají ji maminky, které potřebují mateřské mléko odstříkat častěji (několikrát denně).

**Dvoufázová odsávačka** - proces odsávání probíhá fází stimulační, kdy mléko z prsu ještě nevytéká, ale stimuluje se spouštěcí reflex, a fází laktální, kdy začíná vytékat mateřské mléko. Napodobuje tak rytmus sání dítěte.

**Jednofázová odsávačka** - používá se v případě, kdy je laktace zachovaná. Aby nedošlo ke kontaminaci mléka a zavlečení infekce, po každém použití je potřeba odsávačku důkladně umýt. Sterilizaci odsávačky Vám zajistíme.

### **Uchovávání odstříkaného mateřského mléka.**

- odstříkané mateřské mléko musí být uloženo ve sterilní (vyvařeně) lahvičce nebo sáčku určeném k uchování mateřského mléka
- čerstvě odstříkané mléko je použitelné při pokojové teplotě asi 2 hodiny.
- v lednici při teplotě do 4°C vydrží uložené 24 hodin
- popřípadě je možné až na 3 měsíce mléko zmrazit při teplotě – 18°C
- lahvičky i sáčky řádně označte datem a hodinou odstříkání

Při zmrazení nesmí být nádobka plná, aby nepraskla. Mléko rozmrazujeme při pokojové teplotě nebo ve vodní lázni, nikdy nerozmrazujeme ani neohříváme v mikrovlnné troubě. Mléko, které již bylo jednou ohřáté, znovu nepodáváme.

*Vypracovala: Mgr. Karbanová Michaela*

*Schválila: Bc. Matušinová Monika*