

Informace pro maminky při propuštění

Provozní řád novorozeneckého oddělení

(1/2)

Vážená maminko,

pro první chvíle v domácím prostředí jsme pro vás připravili několik rad a důležitých informací.

Do dvou až tří dnů po propuštění z porodnice se nahlase u svého dětského lékaře. Lékaři odevzdejte dokumenty, které od nás při propuštění obdržíte (lékařskou propouštěcí zprávu, dotazník k definici rizika tuberkulózy, zprávu o novorozenci) a předložte mu zdravotní a očkovací průkaz vašeho dítěte. Od dětského lékaře obdržíte recept na Vigantol (vitamín D), který začnete dítěti dávat od osmého dne od narození. Nezapomínejte na něj! Vitamín D je důležitá prevence proti křivici.

Do osmi dnů od narození máte povinnost dítě zaregistrovat k vaší zdravotní pojišťovně. K registraci budete potřebovat váš občanský průkaz a rodný list dítěte. Rodný list obdržíte ještě během pobytu v porodnici nebo vám bude poslán poštou na adresu vašeho trvalého bydliště. Po domluvě s matrikářkou může rodný list vyzvednout otec dítěte po předložení občanského průkazu.

Vaše dítě bude mít během pobytu v porodnici vyšetřeny kyčle a ledviny ortopedem. Následné vyšetření kyčlí probíhá v šesti týdnech a ve třech měsících.

Před odchodem z porodnice je dítěti obvykle odstraněn pupeční pahýl. Po dobu 10 až 14 dnů od odstranění čistěte pupeční jamku 60% lihem, popř. Octeniseptem (1x denně nebo po koupání).

V případě potíží se poradte se svým dětským lékařem.

Péče o nehty - nehty hned nestříhejte, mohly by se zastříhnout kůžičku, která bývá zpočátku přirostlá k nehtu zespodu. Aby se dítě nepoškrábalo, přetáhněte mu přes prsty rukávky, nebo nasadte rukavičky.

Péče o oči, uši a nos – nečistěte preventivně, pouze když objevíte sekreci. V případě zvýšené sekrece se poradte se svým dětským lékařem.

Péče o kůži – každodenní koupel s použitím mýdla není doporučována, protože vysušuje a dráždí pokožku dítěte. Optimální je koupel 2-3x týdně. Do koupele je vhodné používat např. olejové emulze jako prevence vysušení pokožky. Po koupeli se nemusí oplachovat. Pěnové přísady do koupele nejsou vhodné, protože kůži dítěte vysušují a dráždí. Věnujte pozornost místům vlhké zapáčky – za oušky, pod krčkem, v podpaží, v loketních jamkách, tříselech a pod kolénky. Po každé stoličce dítě umyjte dětským mýdlem pod tekoucí vodou. Je to šetrnější než žínka či vlhčené ubrousky. Po osušení zadeček ošetřete mastí proti opruzeninám. Při opruzení přebalujte dítě častěji. Na opruzeniny jsou vhodné obklady ze silného vlašného neslazeného černého čaje. U děvčátek čistíme pravidelně prostory mezi malými stydkými pysky, aby nedošlo ke srůstům. U chlapečků do 1 roku předkožku nepřetahujeme.

Procházký - chraňte dítě před přímým sluncem, neopalujte je, snadno se spálí nebo dostane úžeh. V zimním období chraňte obličej před omrznutím mastí. Nechoďte na procházky při poklesu teploty pod - 5°C.

Oblékání - dítě lépe udržuje teplotu v zavinovačce, má v ní pocit bezpečí. Pokud má dítě doma teplý nos, je dostatečně oblečené, je-li nos studený, potřebuje obléci více, hlavně čepičku a ponožky. Při pobytu venku bývají ruce a obličej chladnější, nožky by měly být teplé.

Chování a polohování – dítě chovejte v tzv. klubičku, (poloha jako v děloze), hlavička nesmí padat do záklonu. Poloha v klubičku dítě zklidní. V postýlce střídejte polohu hlavy dítěte tak, aby šlo světlo

Informace pro maminky při propuštění

Provozní řád novorozeneckého oddělení

(2/2)

od okna jednou zleva, jednou zprava. Dítě se otáčí za světlem a zvukem. Při každém přebalování dejte dítě na 2 minuty na břicho, přidrže mu lokty u podložky, aby muselo posilovat zádomé svalstvo.

Poloha na bříšku - dítě nesmí spát na břiše. V poloze na bříšku je častěji popisován syndrom náhlého úmrtí kojence. Při poloze na bříšku musí být dítě pod dohledem. Po jídle také není vhodné dítě dávat na břicho. Na boku jsou vhodné polohovací pomůcky na zapření, poloha je nestabilní, dítě by se mohlo překulit na břicho. Nikdy nenechávejte dítě na stole, gauči nebo v neuzavřené postýlce bez dozoru.

Větry - při bolení břicha dbejte na řádné odříhnutí. Při přebalování ponechte dítě chvíli rozbalené, aby se mohlo prokopat.

Stolice – u dítěte bývá několikrát denně, ale někdy také i 1x za týden u kojeného dítěte. Stolice má žlutou barvu, na vzduchu může mít stolice i nazelenalou barvu.

Kojení - poloha má být hlavně pohodlná pro maminku, vleže nebo vsedě, břicho na břicho. Při vlastním kojení vložte celý dvorec, ne pouze bradavku, do široce otevřených úst dítěte. Kojení by nemělo bolet. Bolest znamená, že dítěti vyklouzl prs z úst a saje pouze bradavku. Pokud kojení bolí, přerušte je a přiložte dítě k prsu znovu.

Od konce 2. týdne věku je vhodné kojit dítě střídavě z jednoho a další kojení z druhého prsu. Přední mléko, které je v prsu na začátku kojení obsahuje více cukrů, méně tuků. Zadní mléko, které se tvoří v době kojení je tučnější a kaloricky vydatnější, proto je pro dítě a pro vás výhodnější, když kojíte jedno kojení z jednoho prsu a další kojení z druhého prsu.

Po každém kojení si prsy zkontrolujte, zda nepotřebujete odstříkat přebytky mléka. Mléko odstříkejte nebo odsajte do vyvařené kojenecké lahvičky a uložte do mrazničky, kde vydrží až 3 měsíce. Rozmrazujte při pokojové teplotě a ohřívejte ve vodní lázni.

Kojte dle chuti dítěte, vždy když projeví zájem. Důležité je, aby dítě u prsu skutečně pilo. Některé děti se napijí za 15 minut, jiné za 45 minut. Důležité je noční kojení. Přikládání dítěte k prsu podporuje tvorbu hormonu prolaktinu odpovědného za tvorbu mléka. Mateřské mléko je pro dítě nejvhodnější, do šesti měsíců nic jiného nepotřebuje.

Váha – kojené děti přibývají 100 – 150g za týden, někdy i méně. Dostatečně kojené dítě je spokojené, močí 6x až 8x za den, má žlutou stolici.

Po porodu každé dítě ubývá na váze. Úbytek je asi 10% porodní hmotnosti. Porodní váhy má novorozenec dosáhnout asi za dva týdny po porodu. Ve zdravotním průkazu je k dispozici hmotnostně/výškový graf, kam si zaznamenávejte váhu a délku dítěte.

Laktační krize – je přechodný stav, kdy má maminka menší množství mléka, než dítě potřebuje. Nejčastěji se objevuje mezi 3. až 6. týdnem či mezi 3. až 4. měsícem. V tomto období dítě vyžaduje pro svůj růst více potravy, proto více saje. Radíme vám, kojte co nejčastěji i v noci, při kojení střídejte prsy. Nechte dítě sát, jak dlouho bude chtít, čím déle, tím lépe pro tvorbu mléka. Uvolnění mléka můžete podpořit teplým obkladem nebo teplou sprchou a masáží prsů. Pro podporu tvorby mléka můžete popíjet čaje pro kojící matky. Důležitý je dostatečný spánek, pohyb na čerstvém vzduchu a kvalitní strava. Snažte se vyvarovat stresu a únavě.

Při problémech vám rádi poradíme na telefonu 546 439 489, nebo napište svůj dotaz na email feithova@nspiv.cz

Kolektiv novorozeneckého oddělení.