



BETEGTÁJÉKOZTATÓ LEVÉL A KISMAMÁKHOZ

TÁJ/1348

Kedves Kismama!

Gratulálunk Önnek gyermeke születéséhez! **Bizonyára Ön már várandóságának ideje alatt felkészült a gyermeke fogadására.** A babaápolásról, gondozásról sok értékes információt szerzett családtagjaitól, ismerőseitől és hasznos tanácsokat olvasott újságokban, babaápolási könyvekben.

Mi hozzásegítjük ahhoz, hogy elméleti felkészülését már a kórházban is hasznosíthassa, gyakorolhassa, ezért az Ön számára is biztosítjuk a babás szoba (rooming-in) rendszer adta lehetőségét.

A WHO-1985-ben kiadott állásfoglalása szerint: "A szülést követően az egészséges újszülött maradjon az anyjánál, amennyiben mindkettőjük állapota azt lehetővé teszi."

A karcagi kórház Szülészeti osztályán biztosítani tudjuk Önnek és gyermekének a rooming-in elhelyezést (1994-óta elsőként a megyében).

A babás szoba rendszer az anya és gyermeke tartós együttlétét biztosítja a kórházi ápolás során. Az anya – gyermek kapcsolat egészséges kialakulása szempontjából az állandó testközelség - a gyakori bőrkontaktus, az emlőbimbó ismételt érintése - nagy előnyt jelent. Szülést követően anya és gyermeke minél hamarabb, minél közelebb kerülnek egymáshoz annál mélyebb és erősebb a kötődés, gyorsabban alakul ki a jó szopási készség, javul a tejelválasztás.

A rooming-in szobában az újszülöttes nővérek segítségével Ön fokozatosan kapcsolódik be a gondozási műveletekbe. Segítséget nyújtunk Önnek a baba ellátásában a szükséges kezelések elvégzésében, megtanítjuk pl. a szem-, az orr-, a köldök kezelésére, a lábfej-, és a csípőtornára.

Amennyiben Ön úgy kívánja, éjszakára a babát bevisszük az újszülött szobába.

A fürdetést minden esetben a csecsemős nővérek végzik. Ekkor történik a baba tiszta súlyának mérése is.

Ha Ön elhagyja a kórtermet, megkérheti az újszülöttes nővért, hogy vigyázzon gyermekére. Kéréseivel, kérdéseivel mindig az Ön rendelkezésére állunk!

Szoptatás

A rooming-in elhelyezés lehetőséget biztosít a baba igény szerinti szoptatásához.

Ehhez adunk néhány jó tanácsot:

- Fontos a kényelmes elhelyezkedés! Keresse meg az Ön számára legkényelmesebb testhelyzetet!
- Gyermeke feje és teste egy vonalban legyen mellének magasságával.
- Érintse meg a baba alsó ajkát mellbimbójával, amikor nyitogatni kezdi száját, gyengéd, de határozott mozdulattal helyezze mellbimbóját mélyen gyermeke szájába.

Önnek és gyermekének az első napokban össze kell szokniuk, hogy zökkenőmentes legyen a szoptatás. A szülés után megjelenő kis mennyiségű előtej más néven kolosztrum (mely a szülés pillanatától rendelkezésre áll) ellenanyagokban és fehérjében gazdag, koncentrált táplálék. Az első szoptatás során bevonatot képez az újszülött emésztőrendszerének belső felületén, segíti a magzati bélsár (meconium) kiürülését. Napi mennyisége mindössze 10-40 ml!

Az anyatej az egyetlen igazán élő természetes táplálék. Mintegy 50 különböző anyag található benne. Nagyrészt fajazonos fehérjét, sajátos zsírokat, sok tejcukrot, ásványi anyagot, enzimeket és a fertőzések elleni védőanyagot tartalmaz. Mentés a kórokozóktól, szennyeződésektől, testmeleg, könnyen emészthető.

A kezdeti időszakban legalább 8-szor, 12-szer kerüljön sor a szoptatásra!

A szülés után 3.-4. nap jelenik meg az érett tej, ami egy ideig az előtejjel vegyesen szolgálja gyermeke igényeit. Az érett tej megfelelő mennyiségben és minőségben tartalmazza mindazt, amire gyermeke szervezetének szüksége van. A tejbelövellést követően a kereslet-kínálat szabályozza a tej mennyiségét.

Az igény szerint szoptatott gyermekeknek egyéb folyadékokra általában nincs szükségük!



BETEGTÁJÉKOZTATÓ LEVÉL A KISMAMÁKHOZ

TÁJ/1348

Az anyatej összetétele egy szoptatáson belül is változik. A szoptatás első perceiben hígabb, tejcukorban (laktóz) gazdag tejhez jut gyermeke, míg a szoptatás második felében zsírdús magas energiatartamú tej ürül. Ha a gyermek csak szomjas, gyorsabban fog rövid ideig szopni, míg ha éhségét szeretné csillapítani, kitartóan szopik, hogy minél sűrűbb, hátsó tejhez jusson.

Az anyatej kb. 2 óra alatt kiürül a csecsemő gyomrából, ezért az első napokban akár 2 óránként is szoptathat, később a legtöbb baba kialakít egy napirendet a saját igényeinek megfelelően.

Szoptatás után emelje fel gyermekét, hogy a lenyelt levegő ne feszítse a gyomrát (büfiztetés)!

Kedves Anyuka!

Nagyon fontos, hogy bízzon önmagában, így sikerülni fog a szoptatás!

A hatékony szoptatást jelzi, ha a baba súlyesése nem haladja meg a **testsúly 6-10 %-át**, és nem folytatódik a **3. nap után**. **Az átmeneti élettani mértékű súlycsökkenés nem az éhezés vagy a tejhiány jele, természetes jelenség.**

Vizit

Az újszülötteket mindennap gyermekorvos nézi meg, az anyuka jelenlétében. A vizitek megbeszélés jellegűek az orvos, a nővér és Ön között.

Látogatás

A szülést követően 24 órán belül az apa beengedhető az osztály folyosójára, megfelelő védőöltözetben (ha az osztályos működési rendet nem zavarja). A babás szobában látogató nem tartózkodhat.

A babamutatás, a baba 24 óras kora után, monitoron keresztül a látogatás utolsó negyedórájában minden nap 11⁴⁵ és 16⁴⁵ órától történik.

Jó tanács

Ahhoz, hogy a hazabocsátás idejére megerősödjének összeszokjanak Önnek és gyermekének is szüksége van a pihenésre, nyugalomra.

A kettőnél több látogató és a hosszú ideig tartó látogatás bizonyítottan csökkenti a képződő tej mennyiségét!

Hogyan alakuljon ki a kötődés, ha a látogatói miatt kisbabáját mellőzi?

Reméljük jelentős segítséget nyújtottunk a levelünkbe foglalt tájékoztatással. Erőt, egészséget kívánunk Önnek és családjá legfiatalabb tagjának is!

*„Ha kisbabád vagyok - érints meg.
Szükségem van az érintésedre, úgy, ahogyan talán sosem képzeled.
Ne csak mosdass, pelenkázz és etess.
Ringass el. Puszild meg arcomat és simogass.
Nyugtató, lágy érintésed biztonságot és szeretetet ad.”*

(Ismeretlen szerző)

Az újszülött részleg dolgozói