

STIMULACE DÍTĚTE

- Poskytujte dítěti zrakové a sluchové podněty z obou stran jeho těla.
- Ukazujte děťátku pohybující se předměty, předměty a hračky červené barvy, předměty s černobílými pruhy nebo čtverci šachovnice, předměty a hračky s kontrastními barvami, složitými vzory, křivkami nebo lomenými liniemi, lidský obličej nebo jemu podobné obrazy.
- Zraková ostrost novorozence je asi 20 – 30 cm, ukázejte mu hračky nebo Váš obličej z této vzdálenosti.
- Poskytujte miminku sluchové podněty, například zpěv, pomalejší zvuky, relaxační hudbu.
- Často se miminka dotýkejte, hladte ho a chovejte v náručí.



PODÁVÁNÍ LÉKŮ

- Léky si připravte do stříkačky nebo na lžičku.
- Smíchejte léky s mlékem, kojeneckou vodou nebo čajem.
- Přípravky s obsahem železa nemíchejte s mlékem a podávejte nalačno (1 hodinu před jídlem nebo 2 hodiny po jídle).
- Nepodávejte léky spícímu miminku.
- Nepodávejte léky dítěti vleže, ale zvedněte jej do zvýšené polohy.
- V noci podávejte léky při dostatečném osvětlení.

VĚK DÍTĚTE

- **Chronologický věk** odpovídá skutečnému stáří dítěte, počítanému ode dne narození. Je používán k plánování pravidelných kontrol u lékaře.
- **Korigovaný věk** odpovídá stáří dítěte, s ohledem na předkládaný termín porodu. Vypočítá se tak, že se od skutečného (chronologického) věku dítěte odečtou týdny, o které se miminko narodilo dříve. Například dítě narozené ve 28. týdnu (tj. o 12 týdnů dříve) má ve 20 týdnech života korigovaný věk 8 týdnů.

Korigovaný věk je používán k posuzování vývoje dítěte a plánování změn ve výživě.

NÁVŠTĚVA LÉKAŘE

- Lékaře kontaktujte co nejdříve, jestliže pozorujete u miminka změnu prokrvení, například mramorovanou kůži, nafialovělé rty a výrazně chladné končetiny. Stejně tak při obtížném dýchání miminka.
- Lékaře navštivte, jestliže je dítě chabé nebo spavé a nelze ho probudit.
- Lékaře vyhledejte, jestliže má dítě horečku, hůře pije, má průjem nebo opakovaně zvrací.

Věříme, že péči o Vaše miminko zvládnete co nejlépe a podpoříte tak jeho zdravý a správný rozvoj. Přejeme Vám i děťátku hodně zdraví, štěstí a radosti.



ODDĚLENÍ
NEONATOLOGIE



Kontakt:

FAKULTNÍ NEMOCNICE OSTRAVA
ODDĚLENÍ NEONATOLOGIE

17. listopadu 1790, 708 52 Ostrava

e-mail: neonatologie@fno.cz

tel.: 597 371 404

**PÉČE O RIZIKOVÉHO
NOVOROZENCE
PO PROPUŠTĚNÍ**





INFORMACE PRO RODIČE

Vážení rodiče,

po propuštění do domácí péče přeberete plnou zodpovědnost za péči o Vaše miminko. Tento úkol ve Vás může vyvolat obavy, zda jste na svou roli dostatečně připraveni a zda máte všechny potřebné informace. V následujícím textu si Vám dovolujeme nabídnout doporučení, která Vám pomohou zbavit se nejistoty v péči o děťátko a tím podpořit jeho správný vývoj.

Oddělení neonatologie

PREVENCE ONEMOCNĚNÍ

- Často si umývejte ruce, vždy před krmením a po přebalování miminka.
- Pravidelně omývejte hračky.
- Pravidelně sterilizujte (vyvařujte) šidítka a pomůcky, používané k odsávání mléka a krmení dítěte.
- K přípravě umělé výživy používejte minimálně do půl roku věku kojeneckou vodu s obsahem dusičnanů do 15 mg/l.
- Omezte návštěvy a pobyt miminka v přeplněných prostorách.
- Vyvarujte se pobytu dítěte v zakouřené místnosti.
- Zabraňte přímému kontaktu dítěte s domácím zvířetem.
- Pobyt venku je doporučován u dětí po dosažení hmotnosti 2700g.
- Délka prvního pobytu venku by měla trvat krátce: 20 minut - 1 hodinu.
- Chraňte dítě před extrémními teplotami prostředí, omezte po-

byt venku při teplotě pod -5 °C a nad 30 °C, omezte pobyt venku při smogu.

- Oblečení dítěte přizpůsobte teplotě prostředí. V chladnějším počasí se doporučuje o 1 vrstvu oblečení navíc, ve srovnání s oblečením dospělého.
- Plavání kojenců v bazénech společně s dalšími dětmi do 1 roku není doporučováno.

BEZPEČNOST MIMINKA

- Ke spánku ukládejte dítě v poloze na zádech.
- Nechte spát děťátko ve vlastní postýlce ve Vaší ložnici do 1 roku věku.
- Odstraňte z postýlky měkké polštáře a velké plyšové hračky, aby se miminko neudusilo.
- Bezpečnost Vašeho dítěte může zvýšit používání monitoru dechu do 1 roku věku dítěte.
- Zabraňte přehřívání miminka.
- Nikdy s miminkem netřeste, vyvarujte se prudkých změn polohy.

HYGIENICKÁ PÉČE

- Koupejte miminko 2 x týdně, denně udržujte v čistotě „plenkovou“ oblast.
- Omezte používání kosmetiky, upřednostněte kosmetiku bez parfemace.
- Čistěte nos miminka jen podle potřeby.
- Nevytírejte uši miminka vatovými štětičkami.
- Nepřetahujte násilně předkožku u chlapců.
- Omývejte genitál dívek shora dolů (směrem k zadečku).
- Předcházejte synechii (srůstu zevních rodidel) u dívek v pozdějším věku důkladnou hygienou genitálu.

TEPLTNÍ PROSTŘEDÍ

- Nepoužívejte klimatizaci, nevystavujte děťátko průvanu a přímému slunci.
- Vhodná teplota v místnosti je 22 – 24 °C.
- Ke koupání je doporučována teplota v místnosti 24 – 27 °C a teplota vody 37 - 38 °C.

MANIPULACE S DÍTĚTEM

- Při zvedání a pokládání dítěte udržujte vždy hlavičku výše než zadeček.
- Při přebalování miminka nezvedejte zadeček nad úroveň hlavičky.
- Udržujte středové postavení hlavičky při krmení dítěte.
- Při držení dítěte ve zvýšené poloze zajistěte oporu hlavičky.
- Nedonošené dítě nenoste ve svislé poloze (v klokance).
- Chovejte dítě často v náruči.
- Pokračujte v klokánkování do 3 měsíců věku miminka.
- Netřeste s miminkem za účelem uspávání.
- Polohujte dítě často na břicho v době bdění, vždy však pod dohledem dospělé osoby.
- Dbejte na pravidelnou změnu polohy miminka v postýlce nebo změnu polohy postýlky tak, aby dítě nepřijímalo podněty jen z jedné strany.
- V noci manipulujte s dítětem v přítomnosti, v klidu a co nejdříve uložte dítě zpět do postýlky.
- Stimulujte hřbet ručičky miminka k podpoře rozevření pěstiček.
- Dávejte dítěti botičky, až když samo stojí a chodí.



PLÁČ MIMINKA

- Zabalte miminko i s ručičkami pevně do zavinovačky.
- Masírujte jemně miminko, bříško masírujte ve směru hodinových ručiček.
- Omezte nadýmání šetrným nahříváním bříška. Za tímto účelem zvolte bezpečný způsob, například suchou nahřátou plenu.
- Uložte miminko na chvíli do pelišku z polštáře.
- Ke zklidnění dítěte můžete použít relaxační hudbu.
- Klidný spánek mohou navodit opakující se předspánkové rituály.
- Zkontrolujte tělesnou teplotu miminka.