

DOPORUČENÍ PŘI PROPUŠTĚNÍ Z NOVOROZENECKÉHO ODDĚLENÍ

Administrativa

- ❖ kontrolu obvodním pediatrem si domluvte telefonicky do 2 dní od propuštění, odevzdejte mu propouštěcí zprávu, s ním se také dohodnete o užívání vitamínu D a K (Vigantol a Kanavit)
- ❖ rodný list matka buď dostala již během pobytu na oddělení nebo přijde poštou na místo jejího trvalého bydliště
- ❖ k zařízení zdravotního pojištění bude potřeba rodný list – nejlépe do 8 dní od narození

Screeningová vyšetření

- ❖ během pobytu na oddělení byla u miminka provedena screeningová vyšetření, která měla vyloučit onemocnění různé závažnosti, při kterých je nutné následné sledování nebo okamžité zahájení léčby
- ❖ výsledky vyšetření na vrozené metabolické vady budou k dispozici pravděpodobně až po propuštění do domácí péče; Vy budete kontaktováni pouze při pozitivním výsledku
- ❖ první vyšetření kyčlí proběhlo již na oddělení (pokud ne, měli byste ho stihnout ambulantně do 10 dní od propuštění); ta další již budete absolvovat u ortopeda podle místa bydliště v 6 týdnech a ve 3 měsících

Očkování

- ❖ očkování proti tuberkulóze je dle vyhlášky Ministerstva zdravotnictví doporučeno jen u dětí z rizikového prostředí
- ❖ prvním očkováním Vašeho miminka bude tedy pravděpodobně hexavakcína (záškrt, tetanus, dávivý kašel, hepatitida B, haemophilus influenzae, dětská obrna), která má u nerizikových dětí stran tuberkulózy přednost vzhledem ke stále častějšímu výskytu dávivého kašle
- ❖ pokud byste měli zájem o očkování proti tuberkulóze, je možné na přání až po ukončení očkování hexavakcínou (3 dávky)

Kojené miminko

- ❖ plné kojení je pro Vaše miminko tou nejvhodnější výživou a to až do 6 měsíců věku – snižuje riziko vzniku infekcí, ale i stále častěji se vyskytujících civilizačních chorob jako jsou alergie, obezita, cukrovka apod.
- ❖ pro dostatečnou laktaci byste měla vypít 2,5 – 3 litry tekutin denně, velký význam má i pestrá strava, ze které by měly být vyloučeny nadýmavé a dráždivé potraviny
- ❖ jako prevenci vzniku zejména potravinových alergií u dítěte mohou maminky z rodin s pozitivní rodinou anamnezou užívat probiotika, která také přecházejí do mateřského mléka a stimulují správný vývoj střevní imunity
- ❖ kojit byste měla dle potřeb Vašeho miminka, které jsou zcela individuální, a intervaly se mohou i během dne různě lišit
- ❖ kojení je dostatečné, pokud má miminko za den 5-8 pomočených plen
- ❖ plně kojené děti mohou mít denně 5-10 stolic, miminka stravovaná umělou formulí jich mají naopak mnohem méně
- ❖ v obdobích růstového spurtu (mezi 3. a 6. týdnem a 3. a 6. měsícem) naopak pouze 1 stolicí týdně – důležitým kritériem je v tomto případě neklid: pokud miminko nemá stolici a je současně neklidné, plačtivé a nechce pít, případně má vzedmuté břicho a příměs hlenu nebo malinového žele na plínce, je nutné co nejdříve lékařské vyšetření
- ❖ plně kojené děti nepotřebují čaj, výjimečně jim ho můžeme podat v tropických dnech, musí však být připraven z převařené kojenecké vody
- ❖ zprvu není vhodné dávat miminku dudlík, protože technika sání je jednodušší než z prsu

Ošetřování

- ❖ pupek zakapáváme 60% lihem, který je volně prodejný v lékárně, a to 1xdenně (většinou po koupání) do jeho úplného zhojení; koupel nebyla vhodná jen v den snesení, doma již koupat můžete
- ❖ oči, nos a uši preventivně nečistíme; pouze pokud oči hlení, můžeme je vyčistit O-Septonexem a sterilním čtverečkem; pokud má miminko ucpaný nos, můžeme ho zejména před kojením vykápnout Nasivinem 0,01% nebo mořskou vodou
- ❖ nehty během prvních 4-6 týdnů nestříhejte, hrozí, že s nimi přestříhnete i kůžičku, která je na nich zesponu přirostlá a ranka se potom může zanítit; pokud se nehty samy odlamují, je to v pořádku; pokud se miminko škrábe, dáme mu v prvních týdnech raději rukavičky
- ❖ intenzivní péče o kůži většinou není nutná, je zcela na Vaší volbě, zda a čím budete kůži promazávat nebo jak často budete koupat (každý den nebo obden) a v zda v čisté vodě nebo v olejové koupeli
- ❖ oblast kolem řitního otvoru po stolici umyjeme čistícími ubrousky, lépe pod tekoucí vodou, a kryjeme krémem proti opruzeninám, u děvčátek pravidelně čistíme prostory mezi stydkými pysky abychom zabránili vzniku srůstů; u chlapečků dle doporučení urologů do tří let věku předkožku preventivně nepřetahujeme

Nadýmání

- ❖ záleží jednak na složení stravy kojící matky, která by se měla vyvarovat zejména nadýmavým a dráždivým potravinám, a dále také na řádném odříhnutí po každém krmení
- ❖ při obtížích je vhodná přechodná poloha na bříšku (pod dohledem), jemná masáž bříška po směru hodinových ručiček nebo teplé obklady
- ❖ pokud by daná opatření nepomáhala, je možné užívat různé druhy kapek, na kterých se ale dohodnete s obvodním lékařem

Polohování

- ❖ miminko by mělo spát v poloze na zádech bez podložení
- ❖ zvýšená poloha je doporučena jen přechodně, např. při ublinkávání; dlouhodobé podložení nemá příznivý vliv na motorický vývoj dítěte
- ❖ stejně tak není vhodný dlouhodobý pobyt miminka v autosedačce, ta je určena pouze na transport po nezbytně nutnou dobu
- ❖ v postýlce střídejte po 5-7 dnech polohu miminka tak, aby světlo od okna dopadalo střídavě zleva a zprava

Procházký

- ❖ v den propuštění z nemocnice vystačí zcela cesta domů
- ❖ od dalšího dne můžete pozvolna začít s procházkami, zprvu max.5 minut a postupně intervaly prodlužovat
- ❖ záleží samozřejmě na počasí a smogové situaci – miminka by neměla být venku při teplotách pod -5°C (v prvních 4 týdnech), resp. -8 °C (do 6 týdnů)
- ❖ novorozenec přikrytý peřinkou by měl mít stejný počet vrstev oblečení jako matka nebo o jednu vrstvu navíc
- ❖ tělesnou teplotu kontrolujeme dotelem na nose nebo v zátylku, nelze se řídit teplotou ručiček
- ❖ na přímém slunci by neměla být vystavená novorozeněcká ani kojenecká pokožka, pokud má Vaše miminko žloutenku, lze ho slunit v postýlce jen přes zavřené okno se zakrytým temenem hlavičky

Krásné chvíle doma Vám přeje novorozenecké oddělení