

Péče o novorozence - – časté otázky

Kdy navštívit praktického lékaře?

Po propuštění z porodnice doporučujeme co nejdříve vyřídit rodný list dítěte a dále pojištění. Současně se telefonicky objednejte k prvnímu vyšetření u praktického dětského lékaře.

Kdy jít s dítětem ven ?

Po propuštění z porodnice můžete chodit ven již od dalšího dne. Omezení jsou jen zima, teploty pod -5 °C nejsou pro procházky s novorozencem vhodné.

Jaká je vhodná teplota místnosti a vlhkost?

Nepřetápějte místnost, kde dítě pobývá. Vhodná teplota je 21 °C. Vlhkost pak běžná, cca 40 %.

Jak dítě správně obléct?

Kojence oblékejte v zimě tak, aby neměl studené ruce a nohy. Volíme vždy do spodních vrstev prodyšné oblečení, nejlépe bavlněné. Typicky zimní oblečení na procházku se skládá z bavlněných dupaček, trička, štramplí, svetru, a kalhot s bundou. Nezapomeneme na rukavice, čepici a ponožky či pletené botičky. Dítě balíme do fusaku či pod peřinku do kočárku.

V letním parnu však může stačit jen jedna vrstva oblečení. Kontrolou by nám mělo být, že dítě nemá studené ruce a nohy.

Jak je to se spaním dítěte v posteli ?

Názory na tuto problematiku se liší.

My doporučujeme všem maminkám, aby učily kojence spát v samostatné postýlce, pokud je to možné. Kojenec má spát na zádech. Rozhodně nedoporučujeme, aby kojenci pravidelně spali s rodiči v jejich posteli.

Jak ošetřovat pupeční pahýl ?

V zásadě stále platí doporučení ošetřovat pupeční pahýl 1x denně, po koupeli, lihovým či povidon-iodiovým roztokem (Betadine) do zhojení, tedy 1-3 týdny. K ošetření používat jednorázové čtverečky, vždy si umýt ruce před a po ošetření.

Jak koupat kojence ?

Základní platná doporučení pro koupání novorozence jsou:

- a) není potřeba koupat dítě každý den
- b) teplota vody by měla být 37 - 38°C, můžete vyzkoušet ponořením předloktí, voda je příjemně teplá. Voda teplá 36 °C může být zvlášť pro drobné dítě časně po porodu nedostatečná
- c) používejte neparfemované a pH - neutrální dětské mýdlo, platí raději mýdlo nepoužít, než použít nevhodné.
- d) Je možné dítě nejen sprchovat ale i koupat, pupek přitom nemusí být zcela zhojený.
- e) Po koupeli následuje osušení dítěte, ošetření kůže, je-li to potřeba a asi za 10 minut oblečení dítěte
- f) nezapomeneme po koupeli řádně omýt, případně vydesinfikovat vaničku (volně prodejné prostředky k desinfikování povrchů, například Detol, apod.)

Jak a čím ošetřovat pokožku?

U novorozence je pokožka zvlášť citlivá na zásahy z vnějšku. Má sníženou elasticitu, je křehčí, snadno se vysuší, snadno vstřebá nebezpečné a nevhodné látky, termoregulační schopnosti nejsou plně vyvinuty, je snižená činnost potních žláz, naopak zvýšená činnost mazových žláz, zvýšená náchylnost k infekcím kůže.

Pravidla pro ošetřování kůže můžeme shrnout do několika bodů:

- a) zdravě vypadající kůži neošetřovat za každou cenu
- b) v zimě používat na kůži emolencia („přemazávající prostředky“), které zadrží v kůži vodu a brání vysychání. Tedy nejlépe prostředky na bázi vazelíny, vosků či oleje. V létě pak jejich používání přizpůsobíme teplotám, protože mohou snadno vyvolat vznik potniček. Volíme proto prostředky na bázi např. mastných kyselin.
- c) masťové a krémové prostředky jsou lepší než oleje. Ty nepoužíváme trvale.
- d) přidávání zvláčňujících přísad do koupele je možné. Není však podmínkou, pokud je kůže zdravá.
- e) ošetření kůže po koupeli by mělo proběhnout ihned po osušení.
- f) k ošetření kůže kojence běžně stačí 1-1,5 ml hydratačního prostředku.
- g) omezíme tření kůže, tedy aplikujeme nejlépe jedním tahem
- h) vyhýbáme se aplikaci na obličej a hlavu, není-li zde kůže zvlášť suchá
- i) platí, že dětská kůže obecně je silně vnímavá vůči UV záření, což zvlášť v letních měsících znamená pobyt ve stínu a ošetření kvalitním opalovacím krémem s UV filtry.
- j) zdůrazňuji používání prostředků bez parfémů. Neplatí, že nejdražší prostředek je ten nejlepší. Spíše opak bývá pravdou.

Jak je to s očkováním proti tuberkulóze ?

V porodnici jste vyplňovali dotazník ohledně rizika tuberkulózy. Zaškrtnutí NE ve všech položkách znamená, že vaše dítě nebylo a nebude proti tuberkulóze očkováno. Pokud jste vyplnili u některé z položek ANO, budete odesláni při prvním vyšetření praktickým lékařem na kalmetizační středisko, kde bude Vaše dítě očkováno proti tuberkulóze.

Proč se neočkuje ? Hlavním důvodem je, že počet nových záchytů tuberkulózy u dětí byl prakticky nulový, naopak výrazněji stoupal počet komplikací po očkování. Především hnisání a špatné hojení jizev, postižení uzlin, jejich zánět, rozpad, nutné chirurgické řešení, atd. To vedlo k odkládání dalšího očkování, především proti černému kašli, pneumokokovým a dalším infekcím, představujícím pro kojence mnohem větší riziko z hlediska možnosti výskytu, než tuberkulóza. Tuberkulóza není tak snadno přenosné onemocnění, jak si často lidé myslí. Kontakt s osobou, kterou máme za podezřelou, například v dopravním prostředku, rozhodně nestačí k tomu, abychom se nakazili.

Naše doporučení lze shrnout: neočkovat kojence, nechat zkontrolovat protilátky u dítěte ve věku před pubertou (dříve 11 let) a při negativním testu, který neprokáže přítomnost protilátek, nechat dítě naočkovat.

Jaké umělé mléko vybrat, pokud nemohu kojit ?

Kterékoliv počáteční mléko, označené na krabici číslicí 1. Hypoalergenní mléko (označení kódem HA1) podle nejnovějších studií není indikováno pro všechny kojence. Je doporučováno pro děti, jehož rodiče mají pozitivní rodinnou alergickou anamnézu. Nehleďte zázrak mezi umělými mléky, stačí se podívat na zadní strany krabic na jejich složení, zjistíte, že jsou prakticky totožné. Drahé mléko nemusí být vždy nejlepší. Záleží tedy spíše na dítěti, zda mu daná formule vyhovuje.

Nejlepší stravou pro miminko je ale samozřejmě mateřské mléko.

Co dělat když dítě funí ?

Funění dítěte, kdy nelze z nosu nic odsát, je způsobeno mírným otokem sliznic dýchacích cest, zvláště způsobených suchým vzduchem. Proto doporučujeme zvlhčit vzduch v místnosti, případně nad postýlkou vyrobit vlhký stan (přehozením vlhkého prostěradla či ručníku, který zajistíme tak, aby nemohly spadnout na dítě). Je možné dítěti kapat nepravidelně do nosu k tomu určené nosní kapky pro kojence – např. Libenar či Nasivin 0,001%

Vážnost stavu posoudíme jednoduše. Přisává-li se a pije-li dítě bez přerušování, nejedná se o vážnou věc a není ji tedy třeba akutně řešit.

Nejsou-li pro Vás odpovědi v článku dostatečné, či chybí-li Vám odpověď na otázku, napište na náš mail: plddpetrvald@centrum.cz.
Děkuji.

V Petřvaldě, dne 12.3.2017

MUDr. Tomáš Skýba