

## **Koraszülött a családban: a szülőknek tragédia vagy kihívás?**

Minden család számára, amely óriási reményeket fűzött a szülés pillanatához, nagy megpróbáltatást jelent egy igen kis súlyú, idő előtt született baba megjelenése. A szülőknek ilyenkor gyakran vegyes érzelmeik támadnak melyekben a bánat, az ismeretlentől való félelem, a kilátástalanság és gyakran az önvád keverednek. Ezzel a irással bátorítani szeretnénk azokat a szülőket akik ilyen problémákkal küzdenek, anélkül, hogy figyelmen kívül hagynánk azokat a veszélyeket amelyeket az ilyen kis súlyú koraszülöttek rejtenek a későbbi fizikai ill. a szellemi fejlődésük szempontjából.

Minél kisebb súllyal ill. minél rövidebb terhességi kor után születik egy gyerek, az esetenként megjelenő problémák annál gyakoribbak és annál súlyosabbak lehetnek. A fejletlen szervezetük miatt ezeknél a babáknál a születés után mindjárt vagy esetleg később, a méhen kívüli élettel kapcsolatos súlyos alkalmazkodási zavarok léphetnek fel. Egy egész sor hiányossággal születnek, amelyek közül csak a legfontosabbakat említjük: képtelenek a normális testhőmérsékletük fenntartására, (ezért inkubátorba kell helyezni őket), nem tudnak szopni ill. üvegből enni (emiat a táplálásuk csak szondán vagy vénás úton történhet. A fejletlen tüdők miatt súlyos légzési zavaraiak jelentkezhetnek a születés után mindjárt, de később is. Hajlamosak az agyvérzésre, amely különböző súlyossági fokú lehet. Csökkent a fertőzésekkel szembeni ellenállóképességük, ezért könnyen megbetegednek és nehezebben gyógyulnak.

A koraszülöttség okozta hiányosságaik miatt ezek a gyermekek egy aránylag hosszú ideig tartó intézeti szakellátást igényelnek.

A szülőknek tudniok kell, hogy gyerekük felépüléséhez reális esélyeik vannak, de ez a kezdeti időszakban nehéz és kitartó munkát igényel az egészségügyi személyzet részéről, melyhez nekik meg kell adniok minden szükséges támogatást. A legfontosabb dolog, amelyet ilyenkor az anyuka tehet a babájáért az az anyatej biztosítása, amelyet szondán kap a gyerek mindaddig, amíg mellre tehető lesz. Az apa feladata ebben az időszakban az anyuka morális támogatása, akinek a lelkiállapota nagyon labilis lehet nemcsak maga a szülés, de főleg a koraszülés miatt. Együtt kell pszihésen feldolgozniok a kialakult helyzetet, megpróbálva bizakodással tekinteni a jövő irányába. Az apának meg kell értenie, hogy a felesége egy néhány hétig az otthontól távol lesz és ez a dolog elengedhetetlen feltétel a gyermekük optimális fejlődéséhez.

A koraszülöttnak az intézetből való kibocsájtása akkor válik lehetővé, amikor megtanult szopni vagy üvegből enni, teljesen egészséges és súlyban folyamatosan gyarapodik. Ettől az időponttól kezdve a szülők szerepe kerül előtérbe, akiknek biztosítaniok kell a koraszülött baba normális fizikai és szellemi fejlődéséhez szükséges összes feltételt. Az egészségügyi személyzet szerepe ekkor háttérbe szorul, a családorvos, ill. gyermekorvos időszakos ellenőrző vizsgálatok alapján irányítja a babát ideggyógyászati, szemészeti szakrendelésre, gyógytornára vagy később logopédushoz ill. pszihológushoz, ha szükséges.

Tehát a volt koraszülött gyors és eredményes felépülésének feltételei, amelyeket a szülőknek ajánlott betartani, a következők:

### **1. A baba környezete:**

Az anyuka a gyermekével legalábbis az első hónapokban közös szobában aludjék, de külön ágyban. A szoba hőmérsékletét 26 C fokról (ezt a hőmérsékletet szokta

meg a baba a klinikán), néhány nap alatt, fokozatosan 22-23 C fokra kell csökkenteni, minél gyakrabban szükséges szellőztetni a szobában.

Próbáljanak a baba környezetében egy csendes kellemes, meghitt légkört teremteni, kerülve a nagy zajokat, hirtelen mozgásokat, amelyek a gyereket nyugtalaníthatják. Vegyék ölbe a babát, simogassák, beszéljenek hozzá szeliden, hogy biztonságban érezhesse magát.

## **2. A baba táplálása**

Ha az anyuka a klinikán szoptatta a gyermekét, tartson ki a továbbiakban is az anyatejes táplálás mellett minél hosszabb ideig. Mire a gyerek hazabocsájtásra kerül, általában már kialakult a szopási ritmusa és ezt szükséges betartani otthon is, anélkül, hogy felébredszük, ha éppen alszik, amikor a szopás ideje van. Legyen türelmünk kivárni „mert rövidesen felébred. Nem szükséges már a szopások mennyiségét mérleggel ellenőrizni, ha a kórházban azelőtt következetesen kiszopta az adagját és súlyban gyarapodott.

Sok anya úgy érzi, hogy a hazaérkezés utáni első napokban a teje kezd elapadni. Nagy hiba ilyenkor mindjárt mesterséges táplálásba kezdeni, mert ez csak a hazatérés izgalmaival járó átmeneti állapot. Néhány nap alatt, miután a nők beleszoknak az újonnan kialakult „anya” és „feleség” szerepbe, a tejelválasztásuk újra szaporodni fog. Nem szabad elhanyagolni a mellék következetes kiürítését sem a szoptatások után. Nem győzzük hangsúlyozni, hogy az anyatej az ideális táplálék az újszülött és a fiatal csecsemő számára, ez annál is inkább érvényes a koraszülött esetében. Az anyatejnek a betegségekkel szembeni védőhatása akkor a legkifejezettebb, ha a gyerek azt direkt a mellből szopja. A lefejt anyatej sokat veszít az értékéből, az idegen anyától származó tej adása egyenesen veszélyes!

Tudni kell, hogy a fiatal, mesterségesen táplált csecsemők nagyon hajlamosak a fertőzőes hasmenésre, tehát a kötelező higiénés szabályok betartása a tápszerek elkészítésénél alapvető fontosságú. A cuclikat, üvegeket kimosás után főzéssel sterilizálni kell, a csecsemő részére külön, saját edényeket kell használni. Ha egy mesterségesen táplált csecsemőnél gyakori hányás, hasmenés jelentkezik, az állapota rövid idő alatt súlyosbodhat, tehát azonnal orvoshoz kell fordulni vele. Minden változtatást az étrendjében csak orvosi tanács alapján szabad végezni.

## **3. A megbetegedések megelőzése**

A koraszülöttek a szervezetük fejlettségi hiányosságai miatt sokkal hajlamosabbak a különböző megbetegedésekre, mint a normális súllyal ill. normális időre születettek, tehát távol kell tartani tőlük minden olyan tényezőt, amely káros lehet az egészségükre. Ime néhány tanács:

- Ne cigarettázzunk a baba közelében
- Tartsuk távol a babától a beteg személyeket ( családtagok, ismerősök)
- Ne vigyük a gyereket nyilvános helyre legalább az első két télen
- Mossunk gyakran kezet szappannal és vízzel: mielőtt a babával foglalkoznánk, az etetése ill. szoptatása előtt, vásárlásból való hazajövetel után, W.C. használata után, stb.
- A baba mindig legyen tiszta és száraz, mielőtt az etetéséhez fognánk;

- Ha a köldökseb begyógyult, fürdessük naponta semeleges pH-jú babaszappannal.

- A ruhái természetes anyagokból készüljenek, legyenek tiszták, vasalással fertőtleníteni kell azokat az első hónapban.

- A szervezetük edzése érdekében vigyük a babát naponta a szabad levegőre, az időjárásnak megfelelően öltöztetve.

#### **4. Védőoltások**

A védőoltások sorrendje a BCG kivételével megegyezik az időre születettekével, tartsuk be a családorvos által előírt programot. A nagyon kis súllyal születettek jó, ha megkapják a vírusos tüdőgyulladás (SRV), vírusos hasmenés (Rotavirus) ill. az influenza elleni védőoltást is.

#### **5. A mozgási- és szellemi fejlődés serkentése**

Minden koraszülött egy bizonyos fokú mozgási- ill. szellemi fejlettségben való visszamaradottságot mutat, mely annál kifejezettebb, minél kisebb volt a születési súly, ill. rövidebb a méhenbelüli élet. Ezen visszamaradottság leküzdése elsősorban a szülők kitartó munkáján múlik. Az elsajátított gyógytornagyakorlatok, masszírozás naponta többszöri elvégzése csodákat eredményezhet. Ime, néhány tanács:

- Fekessük a babát naponta többször a hasára;
- Masszírozzuk naponta többször végig a testét;
- Függesszünk színes játékokat az ágya fölé, úgy, hogy

elérhesse azokat;

- Játsszunk vele minél többet!
- Beszéljünk hozzá nyugodt, szelid hangon, énekeljünk

neki!

- Ne hagyjuk az ágyában magára, ha ébren van.

Foglalkozzunk vele!

#### **6. Szakvizsgálatok**

A koraszülöttek szülei tudatában kell legyenek annak, hogy a babájukkal rengeteget fog kelleni foglalkozniok, hogy az különleges ellátást fog igényelni, amely magába foglalja a gyógytornát, masszázst, hogy egy meghatározott program szerint ellenőrzésre kell vinni ideggyógyászhoz, szemészhez, szívgyógyászhoz, vagy később pszichológushoz, ill. logopédushoz.. Az előjegyzéseket szigorúan be kell tartani. A szülőknek meg kell tanulniok az ideggyógyász ill. a kinezioterapeuta által előírt gyakorlatokat és azokat naponta legalább hatszor kell ismételniök a babájukkal.

#### **7. Gyógyszeres kezelések**

A koraszülött naponta D vitamint kap a csontjai erősítésére, a családorvos vasat írhat fel a vérszegénység ellen, az ideggyógyász javasolhat szükség esetén idegsejtet tápláló szereket. Mindezeket pontosan be kell adni a babának.

**A koraszülöttek testi és szellemi fejlődése az első két évben lassúbb a normális testsúllyal születettekéhez viszonyítva. Mégis, ha a szülők kitartóan, fegyelmezetten betartják a szakemberek utasításait, nagy esélyük van arra, hogy később egy ép, egészséges gyerekük legyen, még akkor is, ha az nagyon kis súllyal született.**

Dr. Rozsnyai Judit  
Gyermekgyógyász főorvos