

Prematur în familie: tragedie sau provocare pentru părinți?

Venirea pe lume a unui copil cu greutate foarte mică sau cu mult înainte de termen pune la grea încercare orice familie, care a așteptat cu multă speranță momentul nașterii. Părinții deseori în asemenea situații au sentimentul de frustrare, vinovăție, frică de necunoscut sau deznădăjduire. Menirea acestui articol este de a da un fel de încurajare părinților care dintr-odată se confruntă cu astfel de probleme, fără să se ascundă adevăratele pericole în privința sănătății fizice și mintale la care sunt expuși prematurii cu greutate mică și foarte mică la naștere.

Problemele, care pot apărea la un prematur sunt cu atât mai grave cu cât vârsta gestațională, respectiv greutatea la naștere este mai mică. Acești copii, datorită organismului lor insuficient dezvoltat pot prezenta tulburări grave de adaptare imediat după naștere, dar și în perioadele următoare. Se nasc cu o serie de deficiențe, dintre care le enumerăm doar pe cele mai importante: nu-și pot menține temperatura normală a corpului, (din această cauză necesită plasarea lor în incubator), nu pot suge sau mânca din sticlă (fiind necesară alimentația prin sondă sau pe venă). Din cauza plămânilor slab dezvoltați, pot avea probleme grave cu respirația imediat la naștere, dar și după aceea. Sunt predispuși la hemoragie la creier de diferite grade de gravitate. Au rezistență foarte scăzută la infecții, din această cauză se îmbolnăvesc frecvent și se vindecă mai greu.

Datorită acestor deficiențe legate de nașterea prematură, ei necesită îngrijire de specialitate din partea unui personal calificat într-o secție spitalicească pentru un timp relativ îndelungat.

Părinții trebuie să știe, că există șanse reale pentru recuperarea copilului lor, dar aceasta presupune o muncă susținută din partea personalului medico-sanitar, muncă în care ei trebuie să acorde tot sprijinul. În perioada de internare a prematurului în spital, cel mai important lucru pe care îl poate face mama pentru micuțul ei este asigurarea laptelui matern administrat prin sondă până la momentul când acesta poate fi pus la sân. Rolul tăticului în această perioadă este susținerea morală a mămicii, care poate fi într-o stare psihică labilă în urma nașterii în sine și mai cu seamă în urma nașterii premature. Împreună trebuie să-și prelucreze întreaga situație dată și să încerce să privească cu speranță către viitor. Tăticul trebuie să se împace cu ideea, că soția va necesita o internare de câteva săptămâni și că aceasta este absolut necesară pentru asigurarea unei evoluții favorabile a copilului lor.

Prematurul se externează din spital când și-a format deprinderile de alimentație, este sănătos și crește constant în greutate. În momentul acesta rolul părinților în asigurarea condițiilor de dezvoltare fizică și mintală a prematurului devine primordial, iar rolul personalului sanitar ajunge pe planul secund și se epuizează prin controale periodice efectuate la medicul de familie, medicul pediatru, neuro-psihiatru, oftalmolog, ORL-ist, fizioterapeut, psiholog, după caz.

Ca atare, în interesul micuțului dvs. este indicat să respectați următoarele sfaturi:

1. Anturajul prematurului:

Mama și copilul să doarmă în aceeași cameră, dar în paturi separate, temperatura din cameră să se coboară treptat de la 26 de grade C (cu care a fost obișnuit copilul la secția de prematuri) la 22-23 de grade C, camera fiind aerisită cât mai

frecvent. Asigurați-i o atmosferă calmă, liniștitoare, evitați zgomotele puternice, mișcările bruște, puneți-i muzică la volum mic, luați-l în brațe, mângâiați-l cu blândețe, să se simtă în siguranță.

2. Alimentația

Menținerea **alimentației la sân** după externarea din spital timp cât mai îndelungat este esențială. Copilul și-a format deja programul de supt, acesta trebuie respectat. Dacă eventual doarme la ora mesei, nu trebuie trezit, se va trezi singur în scurt timp. Nu este necesară cântărirea după fiecare supt, dacă la spital și-a supt rația și a crescut continuu în greutate. Laptele de mamă este alimentul ideal pentru nou-născutul și sugarul tânăr și cu atât mai mult pentru prematur.

În primele zile de după externare mamele pot avea senzația că le scade lactația. Aceasta este atribuită stresului legat de condițiile neobișnuite de viață create de prezența „noului venit” în familie. Este o greșeală enormă renunțarea la alăptare în acest moment! În câteva zile, după ce femeile se obișnuiesc cu noul lor rol de mamă și de soție, laptele lor va spori. Pe de altă parte, trebuie să se știe, că efectele benefice ale laptelui de mamă (posedă toți principii nutritivi în cantitate și proporție ideală, ușor de digerat pentru sugar, apără contra infecțiilor, nu alergizează, etc.) se manifestă doar în caz de supt direct din sânul mamei. Laptele de femeie muls de la propria mamă sau mai rău, cumpărat din diferite surse nesigure (după anunțuri în ziar sau pe internet) nu mai are calitățile anterior amintite, din contră, poate fi o sursă de infecție pentru copil. Nu în ultimul rând, în timpul alăptării de lungă durată, se formează o legătură afectivă strânsă între mamă și copil, beneficiu deloc de neglijat.

Decizia de a se trece la alimentație artificială se ia doar în situații foarte bine întemeiate și numai de comun acord cu medicul curant al copilului. Există pe piață multe preparate dietetice cu compoziție apropiată de cea a laptelui de mamă. Mama trebuie să respecte indicația medicului cu privire la felul preparatului ales, rația și modul lui de pregătire. Laptele de vacă, chiar și diluat, este absolut contraindicat în alimentația prematurului!

Sugarii tineri alimentați artificial sunt mult mai expuși la boli diareice infecțioase, deci respectarea strictă a regulilor de igienă la prepararea alimentelor este de primă necesitate. Biberoanele, tetinele trebuie spălate și sterilizate prin fierbere după fiecare întrebuintare, sugarul să aibă vesela lui proprie. Apariția vărsăturilor, a scaunelor diareice frecvente la un sugar alimentat artificial pot să denote o evoluție către o agravare rapidă a stării lui generale, deci este necesară anunțarea de urgență a medicului de familie.

3. Prevenirea bolilor intercurrente

Sugarii născuți prematur, datorită deficiențelor funcționale ale organismului lor, sunt mult mai expuși la bolile intercurrente decât cei născuți la termen, deci trebuie ținuti la distanță toți factorii, care ar putea influența în sens negativ rezistența organismului lor. Iată câteva sfaturi:

- Nu fumați în preajma prematurului;
- Țineți prematurul la distanță de membrii familiei sau de prietenii, care sunt bolnavi ;
- Nu duceți copilul în locuri publice cel puțin în primele două ierni;
- Spălați-vă cât mai frecvent pe mâini cu apă și săpun: înainte de a se apuca de alimentația sau alăptarea prematurului, înainte de a se apuca de manevrele de

îngrijire ale lui (băița, pusul în curat etc.), când sosiți acasă de la cumpărături, după folosirea toaletei etc.

- Prematurul trebuie să fie curat și uscat înainte de a fi alimentat;

- Faceți-i baie generală zilnică cu săpun cu Ph neutru; -

Hăinuțele lui să fie din bumbac, curate, sterilizate prin călcare în prima lună de viață;

- Pentru călirea organismului, scoateți-l zilnic la plimbare, îmbrăcați-l corespunzător anotimpului.

4. Vaccinări și imunizări

Programul de vaccinare cu excepția BCG-ului, este identic cu cel prescris pentru nou-născutul la termen, respectați programarea făcută de către medicul de familie . Cei cu greutate foarte mică la naștere, este bine, dacă beneficiază și de anticopri contra virusului sincițial respirator și de vaccin antigripal.

5.Stimularea dezvoltării psihomotorii

Fiecare prematur are un oarecare retard în dezvoltarea psihomotorie, acesta este cu atât mai pronunțat cu cât greutatea la naștere respectiv vârsta gestațională a fost mai mică. Gradul de recuperare al acestei rămăneri în urmă în dezvoltare este preponderent în mâinile părinților, care prin gimnastică, masaj și stimulare, repetate zilnic de mai multe ori, pot obține rezultate miraculoase. Iată câteva sfaturi:

- Așezați-l pe burtică de mai multe ori pe zi ;

- Stimulați copilul prin mișcări ușoare de masaj dealungul corpului;

- Atârnați jucării colorate deasupra patului în așa fel ca să le poată

atinge;

- Jucăți-vă cât mai mult cu el, acesta îl ajută să se dezvolte;

- Vorbiți la el cu voce calmă, blândă, cântați-i;

- Nu lăsați-l să zacă pur și simplu într-un pătuț, stimulați-l!

6.Consulturile de specialitate

Este extrem de important ca părinții să conștientizeze că trebuie să lucreze foarte mult cu micuțul lor, el va necesita îngrijiri speciale ce vor trebui să includă kinetoterapie și masaj, va trebui să ajungă uneori la neurolog, oftalmolog, cardiolog, psiholog sau logoped.Programările la consulturile de specialitate făcute de către medicul curant trebuie respectate cu strictețe. Părinții trebuie să însușească exercițiile de recuperare motorică recomandate de neurolog și kinetoterapeut și să le efectueze cu copilul lor de cel puțin 6 ori pe zi.

7.Tratamente medicamentoase

Prematurul primește zilnic Vit. D pentru întărirea oaselor, medicul de familie poate prescrie fier , medicul neurolog poate recomanda medicamente neuroborante, dacă sunt necesare. Toate acestea trebuie administrate prematurului cu strictețe de către părinți.

In primii doi ani de viață prematurul se va dezvolta mai greu comparativ cu un copil de aceeași vârstă născut la termen.Totuși, dacă părinții sunt conștiincioși, perseverenți , disciplinați și respectă recomandările specialiștilor întocmai, au toate șansele să se bucure ulterior de copilul lor și dacă acesta s-a născut prematur.

Dr.Rozsnyai Judit
Medic primar pediatriu