



Doporučení pro maminky propouštěných dětí

Po propuštění z nemocnice je třeba zařídit:

- 1. Kontrolu pediatrem** – dítě by měl prohlédnout dětský lékař v místě bydliště během 2 dnů po propuštění. Odevzdejte mu 1 propouštěcí zprávu.
- 2. Rodný list** si vyzvedněte na matrice Prahy 4 – Tábořská ul. 350, Praha 4 – Nusle, tel.č. 261 192 144-5
- 3. Zdravotní pojištění** je nutné dítěti zařídit do 8 dnů po narození.

Očkování

Děti jsou před propuštěním očkovány proti tuberkulóze do levého raménka. V místě očkování se může objevit zarudnutí, vyjimečně i hnisání. Po tomto očkování nebývá zvýšená teplota.

Kyčle

Do tří týdnů by mělo u Vašeho dítěte proběhnout vyšetření kyčlí ultrazvukem. Domluvte se s Vaším pediatrem, kde máte od Vašeho bydliště nejbližší možnost dítě vyšetřit.

Vyšetření

V rámci hospitalizace proběhla u Vašeho dítěte různá screeningová vyšetření. Jedná se o vyšetření na fenylketonurii, sníženou funkci štítné žlázy, vrozenou hyperplazii nadledvin, vyšetření očí na kataraktu, ultrazvuk ledvin a klinické vyšetření kyčlí. Jedná se o plošná vyšetření u kterých se u naprosté většiny dětí předpokládá normální nález. Výsledky nejsou často po dobu hospitalizace k dispozici, proto budete kontaktováni pouze při jiném než normálním nálezu.

Ošetřování

V prvních dnech dítě koupejte tak, aby se pupek neponořil pod hladinu vody. Pupeční pahýl ponecháváme do spontánního odpadnutí. Po vykoupání pupek čistíte dle doporučení pediatra. Oči, uši, nos se preventivně nečistí. Při každém přebalování zadeček umyjte pod tekoucí vodou. U děvčátek olejíčkem čistíte prostory mezi malými stydkými pysky, aby nedošlo ke srůstům. U chlapečků do 2 let nepřetahujte předkožku.

Procházky

V den propuštění dítěti stačí cesta domů. Od druhého dne můžete pobyt venku postupně prodlužovat, dítě adekvátně počasí oblečte. Při doteku vaší dlaně na nos dítěte byste neměli cítit chlad. V zimě nechodte ven, pokud je pod -5°C. Sledujte smogovou situaci.

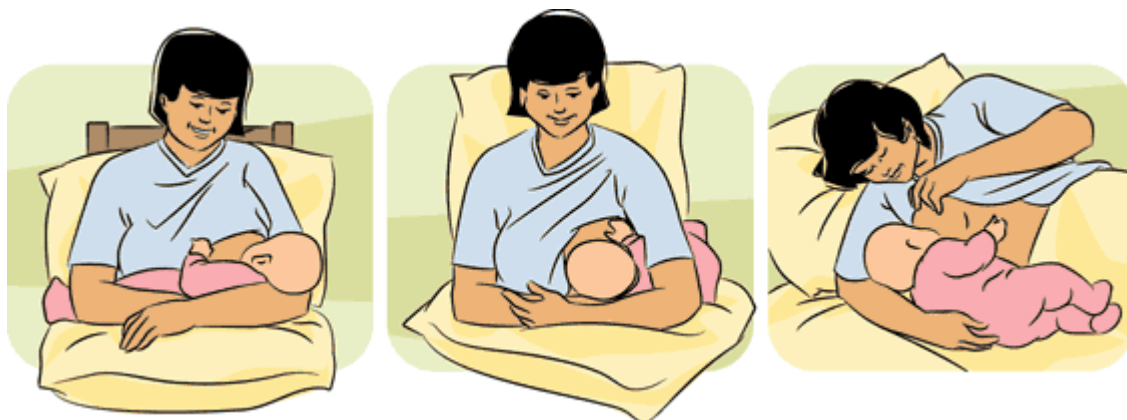
Polohování

Dítě by mělo spát na zádech. V poloze na bříšku bylo zjištěno vyšší riziko syndromu náhlého úmrtí. Nicméně můžete dát při každém přebalování děťátko na cca 2 minuty na bříško a přidršet mu lokty u podložky. Takto se posilují zádové svaly. Dítě je ideální chovat v tzv. klubičku (poloha obdobná poloze v děloze), hlavičku přidržujte. V postýlce střídajte polohu hlavičky tak, aby na dítě dopadalo světlo od okna střídavě zleva a zprava. Autosedačka je vhodná pouze pro transport dítěte na krátkou dobu, ne pro trvalý pobyt. Nikdy nenechávejte dítě na stole, gauči či v neuzavřené postýlce bez dozoru.

Nadýmání

Nejllepší prevencí je nechat dítě po každém kojení pořádně odříhnout (může to trvat i 20-30 minut!). Pomoci můžete i pokud budete pít fenyklový čaj. Bříško děťátka můžete dle rady pediatra jemně masírovat.

Kojení



Polohy při kojení

Mateřské mléko je pro novorozence a kojence tou nejvhodnější výživou, plně kojit je vhodné **do 6 měsíců věku**. Kojením snížíte dítěti riziko infekcí, alergií, obezity, cukrovky aj. Pro správné kojení má velký význam výživa matky. Ta by měla být především pestrá. Nepijte alkohol ani nekuřte. Pokud musíte užívat během kojení léky, poraďte se s lékařem.

Pro kojení je vhodná poloha vleže, vsedě, důležitá je vzájemná poloha břicha dítěte na břicho matky, dítě lze podložit polštářem. Při kojení je důležité vložit do úst dítěte celý prsní dvorec, pokud se to nepodaří, může kojení bolet. Pak je třeba kojení přerušit a dítě znovu přiložit.

Od konce druhého týdne je vhodné dítě kojit při každém kojení z jiného prsu. Je to proto, že přední mléko obsahuje více cukrů, méně tuků, zadní mléko je tučnější a pro dítě kaloricky vydatnější. Zůstávají-li prsy před kojením tuhé a nateklé, je vhodné je např. ve sprše teplou vodou nahřát a zatuhlá místa promasírovat a část mléka z dvorců odstříkat, aby se dítě mohlo přisát.

Výživa je dostatečná, pokud kojíte 5-8 krát denně a dítě má za den 5-8 pomočených plen. Plně kojené dítě může mít stolici až 8 krát denně nebo i jednou týdně. Plně kojené dítě většinou nepotřebuje čaj. Při velkém horku čaj můžete mezi kojením nabídnout, musí být však připraven z kojenecké vody 15 minut převařené.

K prsu dítě přikládejte vždy, když má hlad, často v různých časových intervalech. Kojené děti přibývají přibližně 100 až 150 gramů za týden. Ve zdravotním průkazu máte hmotnostně-výškový graf, kde můžete sledovat, zda jsou přírůstky odpovídající. Kojíte-li, není vhodné dávat dítěti dudlík. Typ sání z prsu je jiný než z dudlíku.