

## Edukační list

### Doporučení pro matky 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** - bude zaslán poštou do vlastních rukou.  
V případě, že je jeden nebo oba rodiče cizinci, je nutné si rodný list vyzvednout na matrice Prahy 4, ulice Antala Staška 2059/80, telefon 261 192 159 nebo 261 192 145.
- 3. Zdravotní pojištění** - je nutné dítěti zařídit u zdravotní pojišťovny matky neprodleně po obdržení rodného listu dítěte.

#### Očkování:

Od roku 2010 nejsou děti v porodnici očkovány proti tuberkulóze. Před propuštěním dostanete dotazník, který vyplněný odevzdáte s propouštěcí zprávou vašemu pediatrovi. V případě, že je vaše dítě ve zvýšeném riziku tuberkulózy, bude eventuálně očkováno po ukončení základního očkování na kalmetizační stanici v místě bydliště.

#### Kyčle:

Do 3-4 týdnů by mělo u vašeho dítěte proběhnout vyšetření kyčlí ultrazvukem. Domluvte se s vaším pediatrem, kde máte v oblasti vašeho bydliště možnost dítě vyšetřit.

#### Vyšetření:

V rámci hospitalizace proběhla u vašeho dítěte různá screeningová vyšetření. Jedná se o vyšetření metabolických vad, vyšetření očí (vyloučení katarakty, zákalu), klinické vyšetření kyčlí, vyšetření sluchu a případná další vyšetření. Jedná se o plošná vyšetření, u kterých se předpokládá normální nálezn. Výsledky metabolického screeningového vyšetření nejsou po dobu hospitalizace k dispozici, proto budete kontaktováni po propuštění pouze v případě nejasného nálezu.

#### Ošetřování:

**Pupek:** většinou je dítě z naší porodnice propuštěno s ponechaným pupečním pahýlem, dítě můžete koupat, pupek po koupání vysušte. Pupek odpadne většinou do 14 dnů, spodinu po pupku čistěte štětičkou. Je-li dále zavlhlá, poraďte se s pediatrem.

**Nehty:** nestříhejte, dokud si nejste jistá, že budete stříhat pouze nehet a ne kůžičku, která je k nehtu zpočátku zespona přirostlá. Můžete použít papírový pilník. Aby se dítě nepoškrábalo, přetáhněte mu rukávky, nebo nasadte rukavičky.

**Oči, uši, nos:** preventivně se nečistí, pouze když vidíte sekreci. Čistěte tak, jak jste byly informovány na našem oddělení, případně se poraďte s pediatrem.

**Kůže:** po koupání lze suchá místa promastit, můžete použít dětský olej z lékárny. Veškeré záhyby je vhodné osušit a promastit. Na podrážděnou kůži je vhodný lokálně Bepanthen krém, na suchou kůži Infadolan. Po každé stoličce dítě umyjte pod tekoucí vodou a mýdlem (bez parfému). Vaše ruka je šetrnější než ubrousek nebo plena. Po osušení je možno ošetřit mastičkou vhodnou pro novorozence. Při opruzení dítěte častěji přebalujte, je vhodné zadeček sušit. Pomáhají i čajové obklady, kdy se namočí papírový kapesníček do černého neoslazeného čaje. Obklad se ponechá do dalšího balení, kdy zadeček dobře promastíme. Kosmetika pro dítě je vhodná pouze neparfémovaná. U děvčátek 1x za 2 dny olejíčkem čistíme prostory mezi malými stydkými pysky, aby nedošlo ke srůstům. Předkožku u chlapců nejméně do 1 roku nepřetahujeme.

#### Procházký:

V den propuštění dítěti stačí cesta domů. Od druhého dne můžete pobyt venku postupně prodlužovat. Dítě se nesmí do 6. měsíce opalovat, velmi snadno se spálí. V létě je nutné chránit kůži opalovacím mlékem s vysokým faktorem. V zimě nechodte s dítětem ven při teplotě pod -5 °C. Sledujte smogovou situaci.

### Polohování:

Doporučená poloha ve spánku je poloha na zádech. V poloze na břišku bylo zjištěno vyšší riziko syndromu náhlého úmrtí. Poloha na boku je nestabilní. U dětí, které mají prokázaný gastroezofageální reflux, je poloha na břišku vhodná po krmení za dohledu matky.

U dětí bez refluxu je vhodné alespoň 4x denně dát dítě na několik minut na bříško a přidršet mu lokty u podložky. Takto se posilují zádové svaly, dítě by nemělo v této poloze zaklánět hlavu dozadu. Dítě je ideální chovat v tzv. klubičku (poloha obdobná poloze v děloze), hlavičku přidržíte. V postýlce střídejte polohu hlavičky tak, aby na dítě dopadalo světlo od okna střídavě zleva a zprava, dítě se otáčí za světlem a zvukem. Zdroj světla by neměl být za hlavou dítěte, aby nedocházelo k záklonu hlavy. Autosedačka je vhodná pouze pro transport dítěte na krátkou dobu. **Nikdy nenechávejte dítě na stole, lůžku či v neuzavřené postýlce bez dozoru!**

### Nadýmání:

Nejlepší prevencí je nechat dítě po každém kojení dobře odříhnout, měnit polohy při odříhávání. Bříško děťátka můžete jemně masírovat, někdy pomůže suché teplo na bříško.

### 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 a technika kojení. Strava matky by měla být především pestrá s dostatkem tekutin (minimálně 2 litry). Nepijte alkohol ani nekuřte. Pokud musíte užívat během kojení léky, poraďte se s lékařem. Další výživu vám poradí pediatr. Podrobné rady týkající se problematiky naleznete na [www.kojeni.cz](http://www.kojeni.cz)

### Polohy při kojení (obrázky použity z dokumentace Laktační Ligy)



Vsedě zepředu

Vsedě boční držení

Vleže na boku

Poloha by měla být pohodlná!

**Přebytky mléka:** zpočátku budete mít mléka více, než stačí vaše dítě vypít. Po každém kojení je vhodné prsy kontrolovat, zda nepotřebují odstříkat, pomohou i studené obklady po odstříkání.

Mléko odstříkávejte do vyvařených nádobek a označte datem a hodinou odstříkání. Mléko je možno skladovat 24 hodin v lednici při teplotě + 4°C, poté je možné uskladnit mléko při -18°C po dobu 3 měsíců. V případě potřeby mléko rozmrazíte v lednici při teplotě + 4°C, nebo pod proudem tekoucí studené vody a spotřebujete do 24 hodin, znovu je nemrazíme. Mléko ohříváme ve vodní lázni.

**Frekvence kojení:** neomezujte četnost ani dobu kojení. Některé děti se napijí za 15 minut, jiným to trvá až 40 minut. Důležité je, aby dítě u prsu skutečně pilo. Počet kojení by neměl v prvních týdnech klesnout pod 7-8 kojení za 24 hodin. Důležité je kojení v noci, kdy přikládání dítěte k prsu podporuje tvorbu hormonu prolaktinu, který je odpovědný za tvorbu mléka. Tvorbu mléka při jeho nedostatku lze navýšit častějšími kojeními až 12x za den, kojeními z obou prsou a pravidelným odstříkáváním. Kojíte-li, není vhodné dávat dítěti dudlík. Typ sání z prsu je jiný než z dudlíku. Při nutnosti přechodného dokrmu volte alternativní způsoby krmení, které jste se naučila v porodnici.

### Hmotnost dítěte:

Výživa je dostatečná, pokud je dítě spokojené, dostatečně močí (6-8 x za den) a má normální stoličku kojeneho dítěte. Hmotnostní přírůstky bude sledovat dětský lékař při pravidelných kontrolách. Od 6. týdne může být stolic méně. Ve zdravotním průkazu máte vložen hmotnostně/výškový graf, kam si zaznamenávejte váhu a délku dítěte, graf ukazuje správný trend v růstu dítěte. Při pochybnostech se poraďte s pediatrem.

**Resuscitace novorozence:** pokud jste sama s dítětem, poskytněte dítěti resuscitaci po dobu 2 minut, pak volejte záchrannou službu - linka 155, jste-li u dítěte dva, jeden poskytuje pomoc dítěti, druhý volá 155 a pak se přidá k resuscitaci.

## Resuscitace novorozence



Tyto informace ponechte na viditelném místě. Tel. číslo 155 si vložte do mobilu.



1 Vyčistěte ústa

Vaše dítě nereaguje, je proedlé, uvolněte dítěti dýchací cesty, vyčistěte ústa vašim prstem a poklepejte.



2 Dýchá?

Poslechněte, zda dítě dýchá, sledujte pohyby hrudníku, zkontrolujte tep na krční tepné pohmatem.



3a Poklepejte

Když dítě dýchá, položte jej do této pozice a volejte 155, dítě pozorně sledujte. Při podezření na cizí těleso v dýchacích cestách dítě jemně poklepejte na zádech.



3b Nedýchá.  
2 vdechy

Pokud dítě nedýchá, mírně zakloňte hlavičku a předsuňte bradu. Přiložte ústa na nos a jemně do dítěte vdechněte vzduch z vašich úst.



4

Volejte 155

Jestliže po 2 až 4 vdeších dítě nejeví známky života, začněte s masáží srdce a volejte 155.



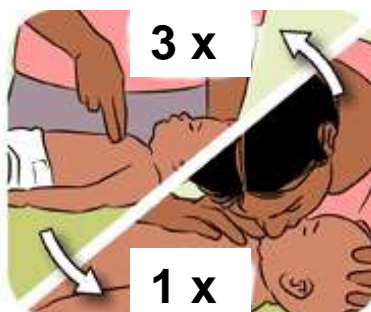
5 3 komprese

Položte dva prsty na hrudní kost na spojnici prsních bradavek, **zmáčkněte 3x hrudník** do hloubky 2 cm.



6 1 vdech

Po 3 kompresích srdce přiložte ústa na ústa a nos dítěte a **proved'te 1 vdech**. Hrudník dítěte se musí zvedat.



3 x

1 x

**Pokračujte v resuscitaci** až do obnovení životních funkcí, nebo příjezdu záchranné služby.

Zdroj : <http://raisingchildren.net.au> modifikováno podle CPR for babies under 12 months a ERC guidelines 2015

## Vážení rodiče,

novorozenecké oddělení Fakultní Thomayerovy nemocnice poskytuje lůžkovou péči včetně intenzivní i resuscitační, a také specializovanou ambulantní péči pro novorozence, kteří byli na tomto oddělení hospitalizováni.

Oddělení má statut Centra intermediární péče v neonatologii pro Prahu a Středočeský kraj. Je největším intermediárním centrem v České republice. Poskytuje celý rozsah neonatální intenzivní péče včetně péče resuscitační novorozencům narozeným od 31. týdne těhotenství. Fakultní Thomayerova nemocnice je díky novorozeneckému oddělení nositelem titulu Baby Friendly Hospital uděleného WHO a UNICEF.

Vzhledem k tomu, že péče o tyto děti je velmi nákladná, bylo zřízeno při Fakultní Thomayerově nemocnici konto pro naše novorozenecké oddělení. Shromážděné finanční prostředky slouží ke zlepšení péče o novorozence, k nákupu potřebných přístrojů a dalšímu vzdělávání lékařů a sester. Seznam přístrojů, které chceme z darů zakoupit, stejně jako seznam dárců je umístěn na nástěnce ve vstupních prostorách oddělení.

**Adresa: Fakultní Thomayerova nemocnice**  
Václavská 800  
Praha 4  
PSČ 140 59

**IČ: 00064190**

**bank. spojení:**  
**číslo účtu: 50008-36831041/0710**

**variabilní symbol: 19000**

**Peněžité dary ve prospěch oddělení přijímá FTN na základě písemné darovací smlouvy, jejíž vzor je zveřejněn na webových stránkách nemocnice.**

*Za podporu a případné dary děkujeme!*

MUDr. Jiří Zach  
primář Novorozeneckého oddělení s JIPN, Fakultní Thomayerova nemocnice