

Обучение на родителите в грижа за новороденото

Кирил Панайотов, Нина Радкова, Светлана Гамакова

Parental Education on Newborn Care: Every healthcare specialist should be able to evaluate the knowledge of the parents and develop an education plan for them. This plan needs to include information concerning taking a shower, feeding techniques, detecting signs and symptoms of a disease, description of sleeping patterns and methods to calm the child as well as showing affection.

Key words: parental education, newborn, care

ВЪВЕДЕНИЕ

Специалистът по здравни грижи оценява познанията, опита и притесненията на родителите във връзка с грижите около детето. Ключовата диагноза е: недостатъчни познания относно грижите за новороденото и промяна в поведението с цел интегриране на новия член на семейството. Обучителният план включва информация и демонстрация за къпането на детето, грижи за пъпната връв, грижи за обрязани и необрязани деца, техники на хранене, признаци и симптоми на болест, очакван модел на сън, метод за успокояване и поведение на привързаност, използване на спринцовка и термометър. След курса на обучение родителите трябва да могат да демонстрират техники за безопасност при грижите за детето, особено при използването на спринцовка, термометър, почистване на пъпа и методи за успокояване; да изброяват признаци и симптоми на болест; да описват модела на сън при детето, както и поведението на привързаност.

ИЗЛОЖЕНИЕ

План за обучение

Съдържание:

1. Демонстриране на техники за къпане, като се обръща внимание на безопасността и времето за отпадане на пъпа. Демонстрирайте грижите за пъпа, които трябва да бъдат полагани в домашни условия.
2. Дискутирайте грижите за новородените деца.
3. Дискутирайте признаците на болест, демонстрирайте използването на термометър.
4. Дискутирайте нормалното хранене, сън и поведение.
5. Демонстрирайте методи за успокояване на новороденото.

Оценка: Преди изписването от Неонатологичното отделение родителите да са в състояние да опишат общата грижа за детето, да могат да измерват температурата, да полагат грижи за пъпа.

Метод за обучение: Използват се дискусии, брошури, памфлети и постери, както и видео материали.

Какво да се каже на родителите относно грижите за пъпа в домашни условия

Оценка: Специалистът по здравни грижи трябва да се фокусира върху предишния опит на родителите с новородени и тяхното разбиране относно това какво е пъпна връв и какво се случва с новороденото през първите няколко седмици след раждането.

Диагноза на специалиста по здравни грижи: Ключовата диагноза би била: недостатъчни познания свързани с грижите за пъпната връв в домашни условия и за високия риск от инфекции поради заразяването ѝ.

План и приложението му: Обучителният план включва информация относно нуждата от всекидневно почистване, очаквани промени в пъпната връв и демонстриране на грижите за пъпа.

Цели за родителите: След преминаване на обучението родителите трябва:

1. Да знаят нормалните промени в пъпната връв.
2. Да изброяват признаците на пъпна инфекция.
3. Да демонстрират правилната грижа за пъпа.

План за обучение

Съдържание: Обяснете следните стъпки на грижата за пъпа:

1. Почистете пъпния остатък и кожата около него с памук напоен със спирт. Грижата за пъпа трябва да се осъществява поне 2 - 3 пъти на ден или при всяка смяна на памперса. Новороденото може да плаче при допира със студения спирт, но самото почистване не е болезнено, тъй като в пъпа няма нервни окончания. Не трябва да има къпане във вана до отпадането на пъпа на 7 - 14 дни [2].
2. Подгъвайте памперса под пъпния остатък, за да може да мумифицира. Влажните памперси забавят процеса на изсъхване и увеличават вероятността от инфекция.
3. Проверявайте всекидневно пъпа за миризма, жълт секрет или зачервяване на кожата в областта около него.

Нормални промени: Пъпната връв трябва да изглежда тъмна и изсъхнала на 7 - 14 ден след раждането. Малко преди отпадането на пъпа може да се появи капка кръв върху памперса. Никога не дърпайте връвта и не се опитвайте да я разхлабите.

Оценка: Обучението е ефективно, ако родителите са в състояние да идентифицират признаците на инфекция и нормалните промени преди отпадането на пъпа, както и да го почистват.

Метод за обучение: Дискусия и постери.

Къпане

Най - добрият начин за предоставяне информация на родителите относно къпането е демонстрирането.

Къпане с гъба

Преди отпадането на пъпа (от 10 дни до 3 седмици след раждането), най - добре е детето да се къпе с гъба, за да се избегне намокрянето на пъпа. За тази цел могат да бъдат приложени следните стъпки [1]:

- Детето се слага да легне на мека и равна повърхност (може върху кърпа). Взема се съд с топла вода и гъба или удобна кърпа.
- Детето се държи повито на топло и за измиването се открива само по един крайник.
- След подсушаването на съответния крайник се преминава на следващия крайник.
- Ако случайно се намокри пъпа, трябва внимателно да се подсуши с кърпа.

Къпане в корито

След отпадането на пъпа, детето може да бъде къпано в мивка или в бебешко корито. Каквото и да се избере, дъното трябва задължително да бъде покрито с кърпа, за да е по - меко. Всичко необходимо е желателно да бъде в близост до родителя, за да не се налага търсенето му по време на къпането. Ето и списък:

- Голяма кърпа с качулка
- Мека кърпа
- Памучни тампони
- Бебешки сапун или гел
- Непредизвикващ сълзи детски шампоан
- Бебешка четка или гребен

Въпреки че сапунът е посочен по - горе, употребата му обикновено не е наложителна, тъй като измиването може да стане само с вода. Сапунът може да премахне естествените овлажнители и да изсуши кожата на новороденото.

Нужни са само 5 cm вода, за да бъде детето къпано ефективно. Поставя се топла кърпа на коремчето му, за да се предпази от настигане. Първите бани не трябва да бъдат продължителни. Детето се държи здраво (хлъзгаво е) и внимателно се измиват следите от сапун. Ръцете на родителя трябва винаги да са върху новороденото докато е във водата, като едната ръка подкрепя главичката и гърба му. При къпането да се обърне внимание на:

- Гениталиите и седалището.
- Ръцете и краката, както и между пръстите на ръцете и краката.
- Лицето и вратлето. Ако около очите има някакви секрети, за измиване се използват памучни тампони.

Скрити места за миене

Новородените не се цапат, но натрупват мръсотия на необичайни места. Родителите трябва да се уверят, че са проверили:

- Сгъвките ингвинално, отзад на коленете, вратлето и в аксилите.
- Зад ушите.

Грижа за косата

Не всяко дете има коса при раждането, но при наличието на такава тя трябва да се измива с нежен детски шампоан, който не предизвиква сълзи. Нанася се малко количество върху косата, нежно се разнася и се оставя да постои преди да се изплакне.

Възможно е новороденото да плаче по време на първите няколко къпания. То просто реагира на непознатото усещане. Необходимо е стаята да се поддържа топла, а водата за банята приятна. Детето може да се утеши с милване и песен. Скоро то ще се научи да харесва къпането.

Предпазни мерки при къпане

Къпането на бебето може да бъде много забавно, но не трябва да се забравят две неща за сигурността: да се следи температурата на водата и детето да не остава никога само.

Прекалено гореща вода

Кожата на детето е по - чувствителна от тази на възрастен. В резултат на това водата за банята, която се струва приятна за родителя, може да се окаже прекалено гореща за детето. Преди къпането тя задължително се пробва с опакото на китката или с лакътя, които са по - чувствителни към топлината. Трябва водата да се усеща топла, но не и гореща. Други съвети са:

- Закупуване на детски термометър за вана. Добрата температура за къпане е 32°C или по - ниска.
- За да се избегнат инцидентни изгаряния, бойлерът трябва да се намали на 50°C.

Грижа за ноктите

Ноктите рядко се режат в родилното отделение. През първите дни от живота те може да са прилепнали към кожата на пръстите и рязането им е противопоказано. След седмица ноктите се разделят от кожата и често се чупят. Ако ноктите са дълги или децата се драскат, те могат да бъдат подкъсани. Това е най - лесно, когато детето е заспало.

Обличане на новороденото

Новородените трябва да носят тениска, памперс. Докато се хранят през сравнително хладен ден, децата трябва да бъдат увити в леко одеяло.

Добро правило е родителите да обличат на детето още един кат дрехи освен тези, които самите родители носят. В сгради с климатик детето може да бъде покривано с леко одеяло, което се сваля при влизането в по - топла стая.

Броят на дрехите, които носи едно дете в дома, се определя от стайната температура.

Навън е желателно децата да носят шапка, за да се предпазят ушите им от течение.

Сън и активност

Няма нищо по - индивидуално за новороденото от цикъла сън – активно бодърстване. Важно е специалистът по здравни грижи да може да разпознава индивидуалните отклонения при всяко новородено и да помогне на родителите да възприемат комуникационните сигнали на детето, както и ритмичното бодърстване и сън [2].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обучението на родителите в полагането на ежедневни грижи за новороденото дете осигурява качествено професионално информиране и оттренирано адекватно поведение, сигурност и удоволствие, съпреживяно щастие на екипа родител – дете.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Gomella T, Cunningham M. Neonatology, 7th ed. *McGraw-Hill Professional*, 2013
- [2] Green C. Maternal Newborn Nursing Care Plans. *Jones & Bartlett Learning*, 2014

За контакти:

Доц. д-р Кирил Панайотов, д.м. Управител на Специализирана болница за активно лечение по физикална и рехабилитационна медицина „Медика“ ООД, Русе, тел.: 082/887 278, e-mail: zkm@abv.bg

Доц. д-р Нина Радкова, д.м. Катедра “Обществено здраве”, Русенски университет “Ангел Кънчев”; Началник Неонатологично отделение, МБАЛ-Русе-АД, тел.: 0887-499 892, e-mail: nina_radkova@abv.bg

Д-р Светлана Гамакова. Медицински университет „Карол Давила“, Букурещ, Румъния

Докладът е рецензиран.