



Недоношенным малышам после рождения требуется особый уход. Его в полной мере обеспечивает персонал роддома. Но вот кроха оказался в стенах родного дома. И теперь ответственная задача его выхаживания полностью ляжет на плечи родителей. Именно от них зависит, как будет расти и развиваться ребенок и когда он "догонит" сверстников.

### Патронаж

Относительная нормализация основных жизненно важных функций организма не всегда, к сожалению, означает, что недоношенный новорожденный окончательно сравнялся со сверстниками в психомоторном развитии. Поэтому за детьми, родившимися раньше времени, по месту жительства устанавливается диспансерное наблюдение до 7-летнего возраста. Обязательны периодические консультации специалистов, в первую очередь невролога, окулиста и ортопеда. В возрасте 2 недель и далее проводится профилактика рахита: ультрафиолетовое облучение - кварцевание, добавление в пищу по назначению врача витамина D, массаж, закаливание.

Первичный патронаж недоношенного ребенка выполняется участковым педиатром и медицинской сестрой в день выписки ребенка из родильного дома. Частота наблюдения участковым педиатром и медицинской сестрой устанавливается индивидуально, в зависимости от конкретных условий. Патронажная детская сестра следит за развитием ребенка и напоминает родителям, что для того, чтобы малыш развивался нормально, с ним необходимо заниматься кропотливо и систематически (массаж, гимнастика, плавание, показ игрушек, общение, музыка).

Для здоровых недоношенных детей характерны высокие темпы физического развития. Наименьшая прибавка массы приходится на первый месяц, наибольшая - на третий-четвертый. Глубоко недоношенные дети удваивают свою первоначальную массу

ко второму-третьему месяцу, а к году увеличивают ее в 6-8 раз. Дети, рожденные с массой 1500- 2000 г , удваивают массу обычно к трем месяцам, а к году - увеличивают в 4-6 раз. Рост недоношенных за первый год увеличивается в среднем на 27- 38 см ; на втором году жизни - на 2- 3 см ежемесячно. Средний рост недоношенного ребенка к 1 году достигает 70- 77 см . Ежемесячное увеличение окружности головы в первом полугодии составляет 1- 4 см , во втором -0,5- 1 см . В целом окружность головы за первый год увеличивается у недоношенных на 15- 19 см и в один год составляет 44,5- 46,5 см .

### Восстанавливающие процедуры

На первом году жизни организм ребенка обладает большими потенциальными возможностями к восстановлению поврежденных или задержавшихся в своем развитии функций органов и систем. Этому во многом способствуют индивидуальные развивающие и укрепляющие занятия, включающие игры, гимнастику, массаж.

Классический массаж выполняется с использованием традиционных приемов детского массажа. В первые месяцы жизни кожа у недоношенных детей тонкая, сухая. В связи с этим сеанс массажа необходимо начинать с щадящих приемов (поглаживание), постепенно переходя к более интенсивным (нежная вибрация, легкое растирание, похлопывание, разминание). Продолжительность выполнения каждого приема - до 2 минут.

Поглаживающий массаж способствует расслаблению мышц. Начинают его с 1-1,5 месяцев жизни, особенно если у малыша отмечается повышенный мышечный тонус. Позже применяют и другие приемы массажа: легкое растирание, разминание, поколачивание и пассивные упражнения с постепенным их усложнением. Эти приемы массажа и гимнастики для детей с массой тела при рождении менее 1500 г можно применять только с 6 месяцев, а для детей, рожденных с массой более 2000 г , - с 2-3 месяцев. После 7-9 месяцев с ребенком проводят более сложные упражнения, такие, как поворот с живота на спину (ротации), ползание, вставание на четвереньки, присаживание, вставание на ножки (пританцовывание).

Родителям рекомендуется научиться различные приемы классического массажа выполнять самим, так как эту процедуру лучше всего проводить дома. Приемам массажа и гимнастики можно обучиться в кабинете по воспитанию здорового ребенка при

детских поликлиниках с помощью специально подготовленной медицинской сестры, а при отсутствии таковой - патронажной медицинской сестры.

Применяется также точечный массаж. Он состоит из надавливания одним или двумя пальцами на определенные рефлексогенные зоны. Сильные и непродолжительные надавливания способствуют повышению тонуса определенной группы мышц, а мягкое и более длительное воздействие приводит к ослаблению мышечного напряжения. Однако если приемам классического массажа может без труда овладеть любой, то точечный массаж должен проводить специалист или один из родителей, прошедший полный курс специального обучения.

Выкладывание недоношенного ребенка на живот способствует укреплению мышц затылка, конечностей, живота, спины. Такое выкладывание можно начинать с первых дней после рождения, например перед кормлением, на 2-3 мин., сначала 1-2 раза, затем 3-4 раза в день.

Важные закаливающие процедуры - ежедневное купание ребенка, воздушные ванны, рациональный тепловой режим и прогулки на открытом воздухе.

Прогулки зимой начинают с двухмесячного возраста при температуре воздуха не ниже -8-10°C, начиная с 15 мин. и до 1-2 ч в день; летом гулять с малышом можно более длительное время.

При купании недоношенных детей температура воды должна быть не менее 37°C. Первое время купание проводят под рефлектором. Для достижения успокаивающего, расслабляющего эффекта можно добавлять в ванну травы, например такие, как корень валерианы, шалфей, пустырник, зверобой, мята, ромашка, душица, хмель.

Рецепт приготовления такой ванны: по 1 чайной ложке каждой травы залить в термосе 1 л кипятка. Настаивать 4 ч. Процедить. Использовать 0,5 л настоя на детскую ванночку, доливая водой с температурой 37°C. Продолжительность процедуры - 10 мин в течение 25 дней. После процедуры водой ребенка не ополаскивать, а промокнуть полотенцем.

### Особенности ухода

Конечно, всех родителей беспокоит вопрос: будет ли недоношенный ребенок отставать в развитии в дальнейшем? Такого отставания вовсе может не быть. Однако преждевременные роды означают, что развитие началось с другой точки. Так, если малыш родился за два месяца до срока, то в полгода он будет таким же, как обычные четырехмесячные дети. С течением времени все различия стираются.

Разумеется, выписывая недоношенного ребенка домой, врач даст маме все необходимые рекомендации по дальнейшему уходу за ним.

Вам придется и дома поддерживать определенный температурный режим: в комнате, где находится малыш, должно быть около 23-25°C. Хотя к моменту выписки терморегуляция ребенка обычно уже работает, ему все равно приходится тратить много собственной энергии на обогрев своего тела, поэтому вы должны создать ему комфортные условия, иначе все калории, извлеченные из питания, уйдут на поддержание температуры тела, а не на прибавку в весе. Но не забывайте - ребенка можно и перегреть, что не менее опасно!

Не забывайте стерилизовать бутылочки и соски, если вы используете их для кормления.

Постарайтесь, чтобы малыш не контактировал со всеми родственниками и друзьями, которым не терпится вас навестить: его сопротивляемость инфекциям слаба, да и болеть малышу вовсе незачем.

Кормить недоношенного новорожденного лучше чаще и небольшими порциями. Не надо волноваться, если он подолгу остается у груди: недоношенные дети сосут не так активно, и им надо дать время, чтобы насытиться. Если вы видите, что ребенок устал, прервите кормление, дайте ему немного отдохнуть, затем можно докормить малыша сцеженным молоком. Посоветуйтесь с врачом, не понадобится ли дополнительно к вашему грудному молоку специальная смесь, содержащая необходимые микроэлементы, аминокислоты и витамины. Сейчас разработаны такие добавки, которые растворяются в грудном молоке и снижают риск развития витаминной недостаточности у недоношенного ребенка. Особое внимание следует уделить витамину E, так как еще внутриутробно плод

Автор: Administrator  
07.08.2008 19:13 -

---

запасается им из организма матери преимущественно в последний месяц беременности, следовательно, если ребенок родился раньше срока, он нуждается в его дополнительном введении.

Кроме того, каждой кормящей маме на весь период лактации рекомендуется включать в рацион микроэлемент селен в дозе до 180 мкг ежедневно. Он важен для укрепления не только костей, мышц, сосудов, нервных клеток, но и иммунной системы всего организма!

Прикорм можно начинать только с разрешения врача. Обычно прикорм вводят, когда ребенок весит 6- 7 кг , съедает в сутки около 1000 мл грудного молока или смеси. При необходимости прикорм назначают и раньше.

Не пугайтесь, если ребенок с первых дней не начнет стремительно прибавлять в весе. Первые две недели он может даже терять в весе, прибавлять же, как правило, начинает с третьей-четвертой недели. В среднем прибавка массы тела недоношенного ребенка за неделю поначалу составляет 100- 200 г . На третьем или четвертом месяце он удвоит свой вес (для сравнения - доношенный ребенок удваивает вес на пятом месяце), а на шестом - утроит (доношенный ребенок сделает это только в конце первого года).

Не стоит терзать себя чувством вины из-за того, что малыш родился раньше срока, и в связи с этим проявлять чрезмерную осторожность, чересчур балуя его.

Недоношенный ребенок - существо необычное и требующее особого к себе отношения. Но медицинская практика свидетельствует, что при должном уходе и правильно подобранном курсе реабилитации даже глубоко недоношенные дети догоняют своих сверстников по основным психофизическим параметрам к 1,5-3 годам.

Елена Мяукина  
врач педиатр  
Консультативно-диагностическая поликлиника Медицинского центра Управления делами Президента РФ, г. Москва