

Apsveicam ar bērniņa nākšanu pasaulē!

Pirmajās dzīves dienās, ko mazulītis pavadīs Dzemdību namā, mediķi bērniņam veiks vakcināciju un dažādus izmeklējumus, lai pārliecinātos, ka ar zīdainīša veselību viss ir kārtībā. Turpinājumā esam uzskaitījuši, kādas pārbaudes jaundzimušajam tiks veiktas, kā arī īsumā aprakstījuši svarīgāko, kam jāpievērš vērība pirmajās dzīves dienās – zīdaiņa svaram, vēdera izejai, ādas krāsai un zīšanas veicināšanai.

● BĒRNA APSKATE

Pirmo stundu laikā pēc dzimšanas bērniņu apskatīs jaundzimušo ārsts – neonatologs, nepieciešamības gadījumā nozīmējot papildu izmeklējumus. Ja speciālists novērtēs, ka ar bērna veselību viss ir kārtībā, jūs atradīsieties kopā jau no dzimšanas brīža.

Turpmākajās dienās, kamēr atradīsieties Dzemdību namā, neonatologs izmeklēs mazuli vismaz reizi divās dienās, bet bērnu māsiņas vai vecmātes veiks ikdienas apgaitu pie jaundzimušā katru dienu. Šaubu un jautājumu gadījumā varat vērsties pie medicīniskā personāla pēc atbalsta, palīdzības vai padoma jebkurā brīdī.

● K VITAMĪNS

K vitamīns ir svarīgs asinsreces faktors, taču jaundzimušajam tā daudzums ir nepietiekams, līdz ar to ir paaugstināts asiņošanas risks. Lai šo risku mazinātu, pirmo stundu laikā pēc dzimšanas bērns saņems K vitamīna injekciju augšstilba muskulī. Ja K vitamīns ir ievadīts muskulī, atkārtotas devas turpmāk nav nepieciešamas.

● SVARA ZUDUMS

Parasti pirmajās 3–4 dienās jaundzimušā svars nokrītas pat par 10% no dzimšanas svara, taču par to nav jāuztraucas – tas ir fizioloģisks process, jo šķidruma zudums caur ādu, ar urināciju un vēdera izeju, pārsniedz bērna uzņemtā šķidruma daudzumu. Vairumam bērnu jau piektajā dzīves dienā vēro svara pieaugumu, un adekvātas zīdīšanas gadījumā dzimšanas svars, atkarībā no grūtniecības laika, kurā bērns piedzimis, būtu jāatgūst līdz 7.–14. dzīves dienai.

● VĒDERA IZEJA UN URINĀCIJA

Mazuļa pirmajai vēdera izejai un urinācijai jābūt pirmās diennakts laikā. Sākotnēji melno, lipīgo vēdera izeju, ko sauc par mekoniju, pakāpeniski nomainīs zaļgana, tad dzeltenīga pārejas vēdera izeja. Autiņbiksēs nereti var novērot ķieģeļu krāsas piejaukumu urīnam. Tie ir sāļi no nierēm, un par to nav jāuztraucas.

● DZELTE

Sākot ar otro dzīves dienu, mazulim var parādīties dzelte, kas rodas no paaugstināta bilirubīna līmeņa asinīs. Vairumā gadījumu tā ir fizioloģiska parādība, par ko nav jāuztraucas. Tomēr dažkārt dzelte var būt pārmērīga un tai nepieciešama ārstēšana. Ja dzelte saglabājas ilgāk par divām nedēļām pēc dzimšanas,

nepieciešams ārsta izvērtējums par ietilgušās dzeltē imesliem un ārstēšanas taktiku.

● SKRĪNINGA IZMEKLĒJUMI

Līdz izraksta brīdim jaundzimušajam veiks:

● **DZIRDES PĀRBAUDI** – ar speciāla aparāta palīdzību to izdarīs apmācīta māsiņa. Ja radīsies šaubas par izmeklējuma rezultātu vai arī izmeklējums nebūs izdevies pārliecināši, jums ieteiks doties uz Bērnu dzirdes centru.

● **PULSA OKSIMETRIJU** – šis izmeklējums nepieciešams, lai pārliecinātos par to, ka bērna asinis ir pilnvērtīgi piesātinātas ar skābekli. Mazulim uz labās plaukstiņas un vienas pēdiņas ar speciālu sensoru tiks izmērīts skābekļa piesātinājums asinīs. Ja iegūtais rezultāts nebūs atbilstošs normai, ārsts lems par tālāko taktiku. Piesātinājums varētu būt nepietiekams gadījumā, ja bērnam ir smaga iedzimta sirdskaite.

● **ĢENĒTISKĀ SKRĪNINGA IZMEKLĒJUMU** – bērnam 48–72 stundu vecumā uz speciāla filtrpapīra tiks paņemts asins paraugs izmeklējuma veikšanai uz sešām vielmaiņas un ģenētiskām slimībām (galaktozēmiju, cistisko fibrozi, fenilketonūriju, biotinidāzes deficītu, iedzimtu hipotireozi, iedzimtu virsnieru garozas hiperplāziju). Izmeklējums tiek veikts Bērnu klīniskajā universitātes slimnīcā, un, ja tā rezultāti būs izmainīti, ģenētiķi sazināsies ar jums vai bērna ģimenes ārstu un uzaicinās uz atkārtotu pārbaudi.

● VAKCINĀCIJA

Lai arī dažkārt vecākiem rodas šaubas par vakcinācijas nepieciešamību un pastāv bailes no iespējamiem sarežģījumiem, mēs vēlamies uzsvērt, ka vakcinācija aizsargā bērnu no bīstamām

slimībām, kas var radīt sarežģījumus visas dzīves garumā vai pat būt nāves vai invaliditātes iemesls.

Ja māmiņa ir **B hepatīta** nēsātāja (viņai ir pozitīvs grūtniecības laikā noteiktais HBsAg), bērnu vakcinē pret hepatītu B jau pirmajās 12 stundās pēc dzimšanas.

Gandrīz visi jaundzimušie pirmajās dzīves dienās tiek vakcinēti pret tuberkulozi – dzīvību un veselību apdraudošu slimību, kuras izplatība Latvijā joprojām saglabājas augsta un kas pat vieglākajos gadījumos ir jāārstē mēnešiem ilgi, bet dažkārt nepakļaujas gandrīz nekādai ārstēšanai. Tuberkulozes vakcīnu (BCG) ievada bērna kreisajā plecā. Potes vietā sākumā izveidosies balta pumpiņa, bet pirmā mēneša beigās tās vietā radīsies strutu pūslītis, kam sakalstot paliks maza rētiņa.

● ZĪDĪŠANA

Zīdīšana tiek uzsākta jau dzemdību vai operāciju zālē, ja to atļauj bērniņa un māmiņas veselības stāvoklis.

Pirmajās dienās mazulis jāliek pie krūts “pēc pieprasījuma” – ikreiz, kad viņš izrāda gatavību zīst – parasti tas ir ik pēc vienas līdz trim stundām. Kad laktācija pieaug un pirmpienu nomainīs īstais piens, mazulis pats sāks pagarināt starplaikus starp ēdienreizēm. Līdz ar to pirmajās dienās sanāks zīdīt pat 12–15 reizes diennaktī, pēc tam 7–8 reizes.

Sākot no otrās dzīves dienas mazulis jāzīda ne retāk kā reizi trīs stundās. Ja bērniņa gulēšanas laiks tuvojas trim stundām, viņš jāzīd modināt un jāliek pie krūts. Naktī zīda pēc bērna vēlmēm un starplaiku starp ēdienreizēm drīkst pagarināt līdz sešām stundām.

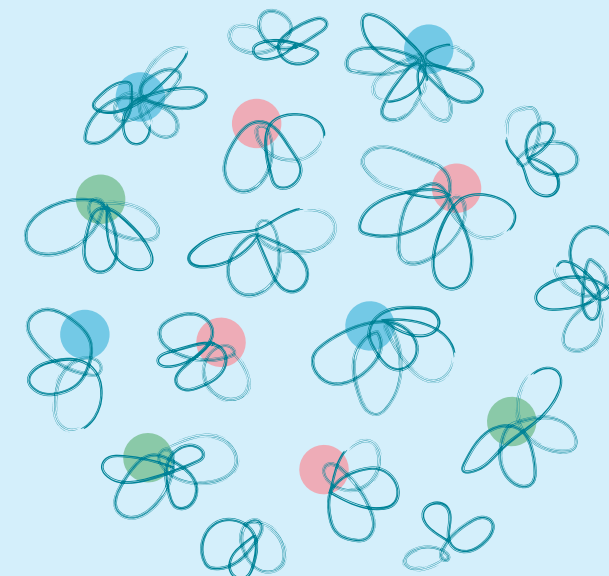
Par vēlēšanos ēst liecina zīšanas kustību atdarināšana, pirkstu bāšana mutē, galvas grozīšana „meklējot krūts galu”. Satraukums un raudāšana

ir jau izteikta izsalkuma pazīmes. Ja mazulis ir ļoti satraukts, pirms zīdīšanas viņš ir jānomierina.

Parasti zīdīšanas reize ilgst 10–40 minūtes. Pirmajās dienās jāzīda ar abām krūtīm katrā reizē, taču, piena daudzumam palielinoties, var pietikt ar vienu krūti ēdināšanas reizē.

Pēc katras ēdināšanas jāpagaida atraudziņa, paceļot bērnu stāvāk. Atraudziņa var nebūt pirmajās dienās, kad pirmpiena daudzums ir neliels.

Ja mājās Jūsu prombūtnes laikā nepieciešams atstāt mazulim atslauktu pienu, to drīkst uzglabāt istabas temperatūrā 6 stundas, ledusskapī 48–72 stundas, bet saldētavā –18°C temperatūrā līdz pat 6 mēnešiem.



**Vēlam izturību, pacietību
un daudz skaistu brīžu
kopā ar bērniņu!**

**Jaundzimušā
pirmās dienas**



Rīgas Dzemdību nams
Miera iela 45, LV-1013, +371 67011225
www.rdn.lv, Facebook: dzemdibunams