

9. TŘÍDA

Základní péče o novorozence a kojence

Motivace: Metodou: myšlenkové mapy. Učitel napíše na tabuli nápis novorozenec. Žáci se hlásí a podle svých zkušeností píšou od základního pojmu další pojmy, které mají s novorozencem spojené. Např. Nápady nejsou nikým odsuzovány např. kojení, malý, nesamostatnost, spánek, dudlík, plínky, vanička, pláč, jemná kůže...

Teoretická část:

Je odvozená s myšlenkové mapy, kterou vytvořili žáci. Učitel postupně kroužkuje jednotlivé pojmy, které dále vysvětluje a ptá se dětí na jejich význam. A to tak, že se postupně zaměřuje na pojmy nejdůležitější a na konci na ty málo důležité. Ve třech skupinách, které barevně oddělí. související s primárními potřebami dítěte – u nichž je nutnost uspokojení životně důležitá.

Dále se zaměří na obecné zacházení s novorozencem a záchranu v kritických situacích. K tomuto tématu žáci dostanou pracovní list (vyobrazený v didaktické části).

Nakonec pojmy, které jsou důležité, ale ne nutné.

Kojení - Jednou ze základních potřeb dítěte je výživa. Současná věda považuje přirozenou výživu mateřským mlékem za nejlepší. Dítě má právo na mateřské mléko jako jedinou potravu plně odpovídající jeho potřebám. Matka a dítě mají pak právo na odpovídající péči před porodem i po porodu včetně podmínek, které usnadňují kojení. Právo dítěte na kojení je zakotveno v Úmluvě o právech dítěte, která u nás vstoupila v platnost v roce 1991, sbírka zákonů č. 104/1991, článek 24. WHO/UNICEF doporučují výlučné kojení po dobu 6 měsíců a v kojení pokračovat s postupně zaváděným příkrmem do 2 roků věku dítěte i déle.

Mateřské mléko se svým složením liší od mléka kravského. Rozdíl spočívá v tom, že mateřské mléko obsahuje méně bílkovin, tuků a solí, má však více cukru. Výživa mateřským mlékem je důležitá nejen proto, že dodává dítěti potřebné živiny v optimálním poměru.

Kojit má maminka tehdy, když má dítě žízeň – je nespokojené (obvykle po třech hodinách, nejdéle za 4,5 hodiny). A to samozřejmě nejméně do půl roku i v noci, tak aby nedošlo k dehydrataci dítěte. Po kojení je nutné dítě nechat „odříhnout“ ve svislé poloze. Jednak z důvodu vydechnutí přebytečného vzduchu, který by později mohl dítě trápit v trávicím traktu a také kvůli možnosti zvracení mléka.

Péče o pokožku

Novorozenecká kůže má četná anatomická a funkční odlišnosti od kůže starších dětí a dospělých. Pokožka je daleko slabší a proto je také daleko náchylnější k prochladnutí. Velký význam pro bezpečnou aplikaci kosmetických prostředků má zvýšený nepoměr mezi plochou pokožky a tělesnou hmotností. Velmi snadno se tak mohou projevit toxické účinky látek aplikovaných na pokožku (vstřebažené látky mohou dosáhnout až 5x vyšší koncentrace v těle dítěte než u dospělého člověka).

Koupání - Koupat se dítě nemusí každý den, někdy stačí pouze omývat obličej, ruce a hýždě – místa zapářky. Teplota vody má být 36 – 37o C. K mytí je nevhodnější dětské mýdlo s obsahem glycerinu. Pravidelně se doporučují mydlit jen místa vlhké zapářky,

ruce, nohy a zadeček. Na celé tělo je možné použít mýdlo jen jednou týdně. Se stejnou frekvencí se myjí i vlásky, zpočátku jen mýdlem. Později, když jsou vlasy hustší, se již používá dětský šampon, který by neměl pálit a dráždit oči. Jako přísada do koupele nejsou vhodné pěny, protože kůži zbytečně vysušují. Olejové emulze se do koupele přidávají pouze u dětí se suchou a podrážděnou pokožkou.

Oblékání - V zimním období je nutné myslet na ochranu obličeje proti mrazu. Před procházkou se musejí na obličej aplikovat masti nebo krémy na bázi voda v oleji, při teplotách kolem nuly je vhodný například tzv. Infadolan (vazelina s vitamínem A a D). Při teplotách pod minus 5o C by kojenci neměli chodit ven.

O pokožku dětí je potřeba pečovat i v létě, důležitá je ochrana před slunečním zářením (fotoprotekce). Obecně platí, že kojence nevystavujeme přímému slunci z několika důvodů: spáleniny, přehřívání organismu, prevence rakoviny kůže v dospělosti (basaliom, melanom), prevence předčasného stárnutí pokožky. Ochrannou „opalovací“ kosmetiku, tzv. sunscreeny doporučujeme používat až u dětí od 6 měsíců věku. Do té doby se kůže chrání před sluncem lehkým oděvem.

Přebalování - Speciální péči je třeba věnovat plenkové oblasti. Pod plenami vzniká specifické prostředí, ve kterém často dochází k tzv. plenkové dermatitidě. Jako základní faktor se zde uplatňuje vlhkost a tření, proto k postižení dochází hlavně u kojenců ve věku 9 až 12 měsíců, kdy už se více pohybují. I při používání kvalitních jednorázových plen se musí dítě přebalovat často a alespoň 1x i během noci. K omezení tření je nutné vybrat odpovídající velikost plenkových kalhotek. Jako ochranný krém zůstává nejvhodnější dětská mast s rybím tukem, která svou konzistencí vytváří na povrchu kůže jemný film, který minimalizuje kontakt kůže s močí a stolicí a rovněž omezuje tření.

Spánek - Spánek je jednou ze základních fyziologických potřeb, která rozděluje a částečně tak organizuje náš čas. Pro kojence má pak specifický význam. Dítě v tomto věku nespí jen proto, aby si odpočinulo. Během spánku se aktivuje nervový systém, pracuje paměť a dítě roste. Pro velmi malé dítě je spánek ještě životadárnější než pro dospělého člověka. Novorozeneč stráví ostatně touto „činností“ nepoměrně delší dobu, dokáže spát až 20 hodin denně.

Pro spánek je důležité dítě uložit na záda, nebo na bok. Poloha na břicho se nedoporučuje kvůli syndromu náhlého úmrtí, dítě se ještě neumí otočit na bok a tak se může lehce udusit. Ze stejného důvodu by nemělo ležet na polštáři. Místnost do které dítě ukládáme ke spánku předem vyvětráme.

Přenášení – Novorozenec ještě nemá vyvinutou kosterní soustavu, tak jako dospělý člověk. Některé kosti mají jen chrupavčitý základ a kosti lebky ještě nejsou srostlé. Proto je velmi důležité dítě trpělivě, pevně, ale zároveň šetrně přenášet.

Technika přenášení novorozence:

Dlaň pravé ruky položíme na hrud' dítěte ležícího na zádech tak, aby třetí prst směřoval do podpažní jamky, palec k protilehlé podpažní jamce a ukazovák k levému rameni dítěte, jste-li pravák. Jste-li levák, budete provádět levou rukou a ukazovák bude směřovat k pravému rameni. Potom druhou ruku přiložíte na zádička a hlavičku a pomalu dítě přetočíte na připravenou dlaň. Dávejte pozor, abyste ukazovákem ruky nestiskli dítěti krček!

Vždy je potřeba dbát na to, aby hlavička dítěte nepřepadávala dozadu.

Takže vždy mějte hlavičku dítěte v ohbí jedné paže, zádička na předloktí, druhou paži podepírejte zadeček. Potřebujete-li mít na chvíli jednu ruku volnou, hlavičku mějte v ohbí paže, zádička na předloktí a vaše dlaň podepírá zadeček a vzdálenější stehýnko, přičemž k sobě lehce dítě přitisknete. Při ukládání dítěte ke spánku a zvedání z postýlky opět podepíráte jednou rukou hlavičku a druhou rukou zadeček.

Resuscitace novorozence – Pokud dítě náhle přestane dýchat a zastaví se mu tep neodkladně zahájíme resuscitaci. Novorozence položíme na tvrdou podložku, zakloníme hlavičku a vyčistíme ústa. Nahmatáme hrudní kost, na niž přiložíme ukazovák a malík. 3 x stlačíme o cca 2 cm. Umělé dýchání provádíme zároveň do úst i nosu (bez hlubokého nádech) jen mírný výdech 1x a opět 3x velmi rychle stlačíme hrudník. Opakujeme do příjezdu záchranné služby, nebo oživení.

Didaktická část:

Metoda: situační

Cíl:

Uvědomění si velmi náročné péče o dítě a důležitosti šetrného a správného zacházení s novorozencem.

Základní dovednosti zacházení s malým dítětem a základní péče o něj, včetně jeho záchrany v naléhavých situacích.

Správná orientace v základních pojmech týkajících se dětí do 1 roku.

Pomůcky: panenky – od mladších sourozenců nejlépe podobné miminku

Postup: Žáky rozdělíme do skupin po čtyřech. Vylosují si situaci ve které se s dítětem octli a budou ji řešit.

1. přebalování a převlečení dítěte
2. přenesení dítěte do kočárku
3. resuscitace dítěte
4. zvracení dítěte
5. koupání dítěte

Jednotlivé skupiny předvedou úkol a upozorní na důležitá úskalí při pohybu s dítětem.