

PIRMĀS DIENAS DZEMDĪBU NODAĻĀ



PAULA STRADIŅA KLĪNISKĀS
UNIVERSITĀTES SLIMNĪCAS
PERINATĀLĀS APRŪPES CENTRS



PAULA STRADIŅA
KLĪNISKĀ UNIVERSITĀTES
SLIMNĪCA



PAULA STRADIŅA
KLĪNISKĀ UNIVERSITĀTES
SLIMNĪCA

Saturs

- 03 Fizioloģisks pēcdzemdību periods
- 05 Jaundzimušā pirmās dzīves stundas un dienas
- 07 Zīdīšana pirmajās dzīves dienās
- 09 Profilakse un skrīningi
- 10 Jaundzimušā izmeklēšana uz iedzimtām
ģenētiskām saslimšanām
- 10 Vakcinācija
- 11 Informācija vecākiem, ja jaundzimušais
atrodas intensīvās terapijas nodaļā
- 12 Droša vide un poza mazuļa guldināšanai
- 13 Mūsu komanda

FIZIOLOĢISKS PĒCDZEMDĪBU PERIODS



- Pēcdzemdību periods ilgst 6-8 nedēļas pēc dzemdībām.
- Dzemdei savelkoties pēc dzemdībām, 2-3 dienas nedēļniece jūt **atsāpes**. Pirmdzemdētājām tās nav tik izteiktas, jo dzemde ir pastāvīgi paaugstinātā tonusā. Atsāpes var pastiprināties bērna zīdīšanas laikā.
- Dzemes iekšējās virsmas brūcei dzīstot, rodas pēcdzemdību izdalījumi – lohijas. Izdalījumi ilgst vidēji 4-6 nedēļas. Šajā laikā tie mainās.



tumši sarkanas asinis, var būt asins recekļi līdz 3-4 dienām



rozīgi brūngani, gļotaini izdalījumi 4 - 10 dienas



bālgani vai dzeltenīgi izdalījumi, nav recekļu, var būt smērēšanās pēc 10 dienas

- Pēcdzemdību periodā iespējama **vienreizēja temperatūras paaugstināšanās**. To izskaidro ar fizisko un garīgo pārslodzi dzemdībās. 3.-4. pēcdzemdību dienā iespējama temperatūras paaugstināšanās saistībā ar straujāku piena veidošanos. Parasti temperatūra ir paaugstināta ne ilgāk kā 24 stundas.
- Pirmajās dienās pēc dzemdībām ir pazemināts urīnpūšļa muskuļu tonuss. Nedēļniece var nejust vajadzību urinēt vai vispār to nespēj. Var bieži urinēt mazām porcijām, var būt arī urīna nesaturēšana. Ja traucēta urīnpūšļa funkcija, rekomendē ieliet siltā dušā, klausīties tekoša ūdens skaņas, pastaigāt, izdzert glāzi ūdens. **Svarīgi urīnpūsli iztukšot ik pēc 2-3 stundām**, lai izvairītos no urīnpūšļa infekcijas, urīnpūšļa pārpildīšanās.

- Pēc dzemdībām pastiprināta svišana ir normāla ķermeņa reakcija, īpaši naktī.
- Pirmās 2-3 dienas var neiztukšoties zarnas. Trešajā dienā, ja vēders nav izgājis, rekomendē veikt Microlax klizmu.
- Var būt diskomforta sajūta vai sāpes tūpļa apvidū. Ja nepieciešams, ārsts / vecmāte sniegs rekomendācijas, kā atvieglot šīs sajūtas.
- Pēc dzemdībām sievietei **svarīgi ievērot higiēnu**. Vismaz reizi diennaktī jānomazgājas dušā. Ja ir starpenes šuves, ieteicams 2 reizes dienā apmazgāties ar siltu ūdeni un ziepēm. Pirmajās dienās var būt sāpes šuvju rajonā (drīkst lietot pretsāpju medikamentus), tās mazināsies ar katru dienu.
- Jau no pirmās pēcdzemdību dienas ieteicams veikt vingrojumus iegurņa pamatnes un vēdera muskuļu stiprināšanai.
- Pirmos mēnešus pēc dzemdībām var turpināt **lietot vitamīnus un dzelzs preparātus**.
- Visbiežāk pēcdzemdību sarežģījumi rodas līdz 7. – 10. dienai.
- No stacionāra parasti izraksta 3. dienā pēc dzemdībām, **atgādinot** par kontroli pie ginekologa vai ģimenes ārsta pēc **6 - 8 nedēļām**;
- pēc izrakstīšanās no stacionāra savlaicīgi doties pie **vecmātes / ārsta** šādos gadījumos:
 1. temperatūras paaugstināšanās > 37,5
 2. asiņošanas pastiprināšanās no dzimumorgāniem ar recekļiem (1 stundas laikā jānomaina 2 - 3 paketes);
 3. mainās izdalījumu aromāts, parādās sāpes vēdera lejasdaļā, starpenes vai ķeizargrieziena šuvju rajonā, apsārtums un/vai izdalījumi no brūces.

GULĒŠANA UZ VĒDERA

- patīkama poza, ātrāk "savelkas" vēders

DIAFRAGMĀLĀ ELPOŠANA AR VĒDERU

- ieelpā "piepūst" vēderu, izelpā "pievilk" nabu pie mugurkaula

IEGURŅA PAMATNES STIPRINĀŠANA

- atgulties uz muguras
- sasprindzināt iegurņa pamatnes (starpenes) muskuļus.
- turēt muskuļus sasprindzinātus 10 - 15 sekundes
- atlaist muskuļus un atslābināties 5 - 10 sekundes



JAUNDZIMUŠĀ PIRMĀS DZĪVES STUNDAS UN DIENAS



- Īpaša nozīme jaundzimušā veselībai ir **ādas - ādas kontaktam** tūlīt pēc piedzimšanas – plīks mazulis uz mammas vēdera. Optimāli jaundzimušais uz mammas vēdera/krūtīm atrodas vismaz 2 stundas.
- Jaundzimušais pēc piedzimšanas, nedaudz atpūšoties, sāk izrādīt meklēšanas un zīšanas refleksu. Šis pirmais svarīgais brīdis tiek nodrošināts dzemdību zālē (ja iespējams, arī operāciju zālē).
- Piedzimstot **bērna kuņģa tilpums** ir ļoti mazs - apmēram viena tējkarote, tādēļ neuzaucieties, ja pirmajās dienās netek "piena upes". Pirmpiens ir pilnvērtīgs un dažādām uzturvielām bagāts, tas ir svarīgs mazuļa attīstībai un tā nevajag daudz. Jo biežāk un vairāk bērns zīš, jo vairāk piena krūtīs rodas – pieprasījums rada piedāvājumu.
- Pēc dzimšanas jaundzimušajam ir vērojamas **tūskas**, kas var būt uz pakauša, ap acīm, degunā. Tūska izzūd vidēji diennakts laikā.
- Pirmais urīns mazulim izdalās pirmajās 12 – 24 stundās. Nākamajās dienās **urīnam var parādīties sārta nokrāsa**, ko rada urīnskābes sāļi, jo pirmais urīns ir koncentrēts. **Vēdera izeja** katram bērnam ir individuāla, bet pirmā (tumši zaļš, biezs mekonijs) parasti iziet pirmajās 12 - 24 stundās. Bērniņam ēdot, vēdera izeja mainās – kļūst šķidrāka, brūngandzeltena, pakāpeniski paliek nedaudz biezāka - putrveida un pēc 3.- 5. dzīves dienas zīdītam bērnam tā ir dzeltena, graudaina.

- **Jaundzimušo āda ir sārta**, fizioloģiski tā var būt sausa, nereti plaisāt. Tad ir ieteicams plaukstas un pēdas ieziest ar mitrinošu krēmu. **Bērna āda jākopj** divas reizes dienā, īpašu uzmanību pievēršot ādas krokām. Acis mazgā ar vārītu, atdzesētu ūdeni virzienā no acs iekšējā uz ārējo kaktiņu. Katrai acij izmantojot atsevišķu vates tamponu. Būtiski turēt tīras un sausas visas ādas krokas - kaklu, paduses, aizauss krokas, cirkšņus.
- **Deguna tīrīšana** rutīnas veidā nav ieteicama. To veic tad, ja ir apgrūtināta elpošana un zīdīšana.
- **Līdzekļi zem autiņbiksītēm.** Jaundzimušajiem neiesaka lietot beramo pūderi, jo tas rada labvēlīgu vidi baktēriju augšanai. Ja āda zem autiņbiksītēm ir apsārtusi, var izmantot cinku saturošu ziedi. Zem autiņbiksēm **eļļu nelieto!**
- **Meitenēm** no dzimumorgāniem izdalās baltas gļotas, kas var būt arī ar minimālu asins piejaukumu. Gļotainos izdalījumus nevajag speciāli tīrīt, jo tie pasargā no fecu iekļūšanas makstī. Meitenes jāmazgā no priekšpuses uz mugurpusi, turot ar vēderiņu uz augšu.
- **Zēniem** pēc mazgāšanas ir rūpīgi jānosusina vieta ap un zem sēkliniekiem ar dvieli, kas labi uzsūc mitrumu, lai neveidotos izsūtumi vai iekaisums.



- **Nabas saites atlieka/ nabas brūce** jākopj ar siltā vārtā ūdenī vai kumelišu tējā samitrinātu vates tamponu un rūpīgi jānosusina. Nabassaita ir jātur tīra un sausa, tā atdalās pati, bez iejaukšanās (kustināšanas, grozīšanas). Ja nabassaita nosmērējas ar fēcēm vai urīnu, tā ir jānomazgā ar ūdeni un pH neitrālu mazgāšanas līdzekli (ziepēm), bet pēc tam rūpīgi jānosusina, vislabāk, izmantojot vates piciņu (materiālu bez auduma šķiedras). Mainot autiņbiksītes, jāatceras, ka nabas atlieka ir jāatstāj virs autiņbiksīšu stiprinājuma – brīva, lai saskarē ar gaisu notiktu ātrāka atdalīšanās. Kad nabassaites atlieka ir atdalījusies, no nabas brūces nelielā daudzumā var parādīties asiņaini izdalījumi, kurus kādu reizi var notīrīt ar spirta salveti. Pēc tam var veidoties krevele, kura pati ar laiku atdalīsies. Kamēr nabas brūce dzīst, autiņbiksēm ir jābūt atlocītām, lai tai var piekļūt gaiss.
- **!!! Ja parādās ādas apsārtums, pietūkums ap nabiņu, nepatīkami smakojoši izdalījumi, diskomforts pieskaroties nabas rajonam vai nabas saite nav atdalījusies ilgāk par 2 nedēļām, konsultējieties ar savu ģimenes ārstu !!!**

- **Jaundzimušo toksiskā eritēma** var parādīties otrajā – piektajā dienā kā neregulāri sārti plankumi ar piepacceltu bālganu centru. Var būt tikai atsevišķi plankumiņi, bet reizēm to ir ļoti daudz, pa visu ķermeni, vairāk uz dibena, muguras. Šie izsitumi ir labdabīgi, skaidrs cēlonis nav zināms, nav saistāms ar barošanu. Ir migrējošs raksturs, tā izzūd bez ārstēšanas.
- **Fizioloģiskā dzelte** – dzeltenīga ādas nokrāsa uz sārtā fona. Parasti dzelte parādās otrajā dienā pēc dzimšanas un var izplatīties pa visu ķermeni. Kulmināciju dzelte sasniedz ceturtajā vai piektajā dienā. Apmēram 7 - 10 dienu laikā tā pāriet. To sastop aptuveni 60% no visiem jaundzimušajiem (80% priekšlaikus dzimušajiem). Dzeltes stiprumu nosaka ar dažādām metodēm - caur ādu - pieliekot pie auss gliemežnīcas mazu aparātiņu, kā arī veicot asins analīzes, ja dzelte ir izteikta. Ar šīm metodēm nosaka bilirubīna līmeni – tā ir viela, kas dzeltes gadījumā paaugstinās. Bilirubīna līmeni izvērtē katram bērnam individuāli atbilstoši gestācijas nedēļai un dzīves dienai (speciālas līknes), ja bilirubīna līmenis paaugstinās virs noteikta līmeņa, kas varētu ietekmēt bērna veselību, tiek veikta ārstēšana ar gaismas terapiju (fototerapiju).
- **Mātes hormonu dēļ** bērnam var piebriest krūšu dziedzeri (neatkarīgi no dzimuma).
- **Jaundzimušajam nagi** pirmajās dzīves dienās nav jāgriez. Ja ir nepieciešams, drošāk tos griezt pēc 7 - 10 dienas.
- Bērniņu **pirmo reizi vannot** var nākamajā dienā pēc tuberkulozes (BCG) vakcinācijas vai izrakstīšanās dienā, ja vakcinācija veikta ātrāk. Jaundzimušo nav nepieciešams vannot katru vakaru, bet 2 - 3 x nedēļā, lai pārlietu nkairinātu un nesausinātu bērna ādu. Pirmajās 4 - 6 nedēļās vēlams vannot tīrā ūdenī, nepievienojot vannas līdzekļus. Vannas ūdens temperatūrai jābūt 36°C - 37°C. Ūdenim nav jābūt vārtam, bet svarīgi, lai tas būtu tīrs. Ne biežāk kā reizi nedēļā bērniņu mazgā ar bērnu ziepēm un matus ar bērnu šampūnu.

ZĪDĪŠANA PIRMAJĀS DZĪVES DIENĀS

- Zīdīšana vieglāk padodas, ja to var sākt jau pirmajās stundās pēc dzemdībām, laikā, kad bērns instinkatīvi meklē krūti.
- Pirmajā diennaktī jaundzimušā uzvedība var būt dažāda, ir bērni, kas vēlas atpūsties, ir bērni, kas vēlas aktīvi zīst (tas nenozīmē izsalkumu). Nereti var novērot dažāda apjoma auglūdeņu atgrūšanu. Sākot ar otro diennakti, bērniņš jāmodina uz zīdīšanu ne retāk kā ik pēc 3 stundām, vai arī tik bieži, cik pieprasa.
- **Katrā ēdienreizē jādod abas krūtis pēc kārtas, katra 15 - 20 min. (aktīvas zīšanas), tad mēģina 20 min. atpūsties un, ja bērniņš vēl prasa, sākam visu no sākuma.**
- **Māneklīti pirmajās dzīves dienās** (kamēr nav nostiprinājies zīdīšanas process) dot nevajadzētu, jo tas var aizkavēt zīdīšanas procesa sekmīgu attīstību.
- Lai zīdīšana būtu ērta un efektīva, svarīgi padomāt par sevi – atrast sev ērtu pozu un tad pozicionēt bērniņu. **Droši jautājiēt padomu dežūrpersonālam!!!** Palūdziet, lai vecmāte vai bērna aprūpes māsa parāda ērtas zīdīšanas pozas un pārliecinās, ka mazulis labi satver krūti.
- **Ko nozīmē zīdīt pēc pieprasījuma?** Negaidiet raudāšanu! Tiklīdz bērns pamostas, knosās un paver muti – piedāvājiēt krūti. Var pārtīt un tad piedāvāt krūti, var otrādi, var piedāvāt vienu krūti, pārtīt un tad dot otru krūti. Pirmajās dienās parasti dod abas krūtis katrā zīdīšanas reizē, lai abas krūtis pietiekami bieži saņemtu ziņu – ir piedzimis bērns, jāražo piens!

1. DIENA

- Jaundzimušais var izrādīt biežu zīšanas vēlmi, var uzvesties miegaini. Dzemdību zālē vecmāte palīdz bērniņu pielikt pie krūts. Neuztraucies, ja uzreiz nesanāk. Te būs redzams vai sanāk vai ne. Ieklausies vecmātes, bērnu māsas un ārsta ieteikumos.



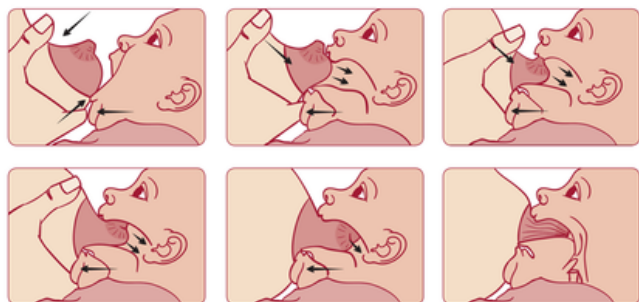
- Pēc dzemdībām ļauj bērniņam atpūsties pat 4 - 5h (ja ir cukura diabēts /gestācija diabēts, tad barošana ir ik pa 2-3 h) vai pēc pieprasījuma. Barošanas ilgums vienā ēdienreizē ir 15 - 20 min katras krūts aktīva zīšana.
- Ja dzemdību zālē krūts barošana neizdevās, nākamajās barošanas reizēs jāpasauc palīgā bērnu aprūpes māsa vai vecmāte, lai mācītos šo barošanas komunikāciju. Jāievēro arī abiem ērta, fizioloģiska zīdīšanas poza.

2. DIENA

- Barošana ik 2-3 h pārliecinoties, ka bērniņš ir labi paņēmis un iezīdis krūti, izveidojot vakuumu. Dzirdama rīšana un vaigu kustināšana.

3. DIENA

- Barošana ik 2 - 3 h. Sāk veidoties pāreja no pirm piena uz īsto pienu. Krūts dziedzeris var sākt piebriest, kļūt tūskaināks un cietāks, var paaugstināties temperatūra. Ja bērniņam ir grūti satvert krūti, jo tā ir stingra, sāpīga, tad pirms barošanas pāris pīles var atslaukt vai veikt limfoderenāžas masāžu vieglām, glāstošām kustībām ar rokām. Pēc barošanas var uzlikt vēsu kompresi.



Pareiza satvēriena tehnika



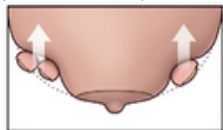
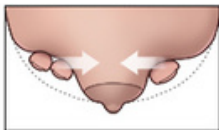
Zīdīšanas pozas



Uzpiediet krūts pamatnei



Saspiediet krūts galu



Krūts piena atslaukšana

PROFILAKSE UN SKRĪNINGI

- **Pulsa oksimetrija** ir drošs, neinvazīvs, nekaitīgs un lietderīgs izmeklējums kritisku iedzimtu sirdskaišu savlaicīgai atpazīšanai. Izmeklējumu veic ikvienam jaundzimušajam pirms izrakstīšanās no dzemdību nodaļas, taču pēc 24 stundu vecuma. Mērījumus veic vienlaicīgi uz labās plauksts un vienas no pēdām.



- Līdz 6. dzīves dienai jaundzimušajam veic **dzirdes pārbaudi** ar otoakustiskās emisijas metodi (OAE). Ar zondes palīdzību bērna ausī rada 35 dB augstu skaņu, kuras laikā tiek mērītā iekšējās auss reakcija uz šo skaņu. Izmeklēšana ilgst apmēram 2 minūtes.



- OAE ne vienmēr var sniegt skaidru atbildi. Taču tas nenozīmē, ka bērnam ir dzirdes zudums. Tas var nozīmēt, ka bērna testa veikšanas laikā ir bijis nemierīgs, bijis kāds fona troksnis, auss ārējā eja ir auglūdeņi vai vernix, kas ar laiku izzūd.
- Ja dzirdes pārbaudes laikā ārsts konstatē izmaiņas, jaundzimušais tiek nosūtīts uz konsultāciju Latvijas Bērnu dzirdes centrā Lielvārdes iela 68/1, Rīgā (tālrunis: 67577694 (8.00 - 16.30))

JAUNDZIMUŠĀ IZMEKLĒŠANA UZ IEDZIMTĀM ĢENĒTISKĀM SASLIMŠANĀM



- Visiem jaundzimušajiem 48.-72.dzīves stundā (atsevišķos gadījumos parauga ņemšanas laiks var tikt mainīts pēc ārsta norādījuma), piesūcinot speciālu filtrpapīra veidlapu, tiek ņemtas asinis no pēdas uz sešām slimībām.

Fenilketonūrija – reta, pārmantota vielmaiņas slimība, kas var izraisīt smagus, neatgriezeniskus fiziskus un garīgus traucējumus. Savlaicīgi diagnosticējot un uzsākot ārstēšanu, tā neizraisa paliekošus traucējumus. Visas dzīves laikā ir jāievēro īpaša ārstēšana.

Iedzimta hipotireoze – vairogdziedzera slimība, ko nosaka daļējs vai pilnīgs vairogdziedzera hormonu trūkums. Savlaicīgi neuzsākot ārstēšanu, attīstās neatgriezeniski garīgās un fiziskās aktivitātes traucējumi.

Cistiskā fibroze – ģenētiska slimība, kas skar vairākas orgānu sistēmas. Savlaicīgi atklājot šo slimību, ar zālēm ir iespējams novērst nopietnas komplikācijas, uzlabot dzīves kvalitāti, pagarināt dzīvildzi.

Iedzimta virsnieru garozas hiperplāzijas (21. hidroksilāzes deficīts) – ģenētiska slimība, kas izpaužas ar traucētu virsnieru garozas hormonu ražošanu. Pastiprinātas vīrišķo hormonu produkcijas dēļ meitenēm attīstās vīrišķa tipa ārējie dzimumorgāni, kas var pilnībā atgādināt zēna dzimumorgānus. Šī slimība var izpausties arī kā sālszaude, kad pirmajās nedēļās pēc dzimšanas var apdraudēt bērna dzīvību.

- Ja skrīninga analīzes būs izmainītas jeb radīs aizdomas par kādu no šīm sešām slimībām, par to tiks informēti vecāki, kā arī bērna ģimenes ārsts. Bērnām būs nepieciešams veikt atkārtotas asins analīzes, lai pārliecinātos par rezultātu patiesumu.

Galaktozēmija – iedzimta vielmaiņas slimība, kad organisms nespēj šķelt piena cukuru. Saņemot krūts pienu vai laktozi saturošu mākslīgo maisījumu, jaundzimušajam var attīstīties dzīvībai bīstamas izpausmes.

Biotinidāzes deficīts – iedzimts vielmaiņu traucējums, kad organisms nespēj pārstrādāt vitamīnu B7. Ja slimību savlaicīgi diagnosticē un ārstē, pacientam nav slimības pazīmju. Neārstētos gadījumos attīstās smagi slimības simptomi, kas var novest pie neatgriezeniskiem veselības traucējumiem.

VAKCINĀCIJA

Jaundzimušos dzemdību nodaļā vakcinē:

- Pret B hepatītu riska grupu jaundzimušos pirmajās 12 dzīves stundās, ja māte ir inficēta ar B hepatītu vai nav pārbaudīta uz HBsAg klātbūtni asinīs;
- Pret tuberkulozi (BCG) (BCG vakcināciju var veikt ne ātrāk kā 12 stundas pēc dzimšanas. To veic ar tuberkulozes vakcīnu BCG (Bacillus Calmette-Guearin).
- Vakcīnu ievada ādā kreisās rokas ārējā augšējā trešdaļā. Pēc injekcijas veidojas balts pūslītis apmēram 7 mm diametrā, kas izzūd pēc dažām minūtēm.
- Pēc 2-4 nedēļām injekcijas vietā veidojas infiltrāts, kas saglabājas vairākas nedēļas. Ādas bojājums pēc 2-3 mēnešiem sadzīst, atstājot bālganu pēc vakcinācijas rētu vairāku milimetru diametrā. Ādas veidojumam nav nepieciešama speciāla aprūpe. Var izveidoties reģionāla limfadenopātija jeb paduses limfmezglu palielināšanās līdz 1 cm. Šajos gadījumos ārstēšana nav nepieciešama.

INFORMĀCIJA VECĀKIEM, JA JAUNDZIMUŠAIS ATRODAS INTENSĪVĀS TERAPIJAS NODAĻĀ

- Intensīvās terapijas nodaļā tiek aprūpēti priekšlaikus dzimušie, kā arī laikā dzimuši jaundzimušie ar nopietnām veselības problēmām, kuriem nepieciešama ārstēšana un īpaša aprūpe.
- Jaundzimušā imūnā sistēma, kas cīnās ar vīrusu un baktēriju izraisītām slimībām, nedarbojas tik labi, kā lielākiem bērniem vai pieaugušajiem, jo ir pazemināta ādas aizsargbarjeras funkcija. Tāpēc šiem jaundzimušajiem pastāv lielāks infekcijas attīstības risks nekā starp nobriedušiem, laikā dzimušiem veseliem mazulītiem.
- Pareiza roku mazgāšana ir viens no efektīvākajiem un vienkāršākajiem infekcijas slimību profilakses pasākumiem.
- **Lai pasargātu jaundzimušo no infekcijām, vecākiem un personālam ir nepieciešams ievērot vienādas pastiprinātus piesardzības pasākumus, tādēļ:**
 - Ierodieties pie bērna tīrā apģērbā ar īsām piedurknēm;
 - Jaundzimušā aprūpi veiciet ar tīrām rokām - noņemiet rotaslietas, pulksteni. Nagiem ir jābūt tīriem, bez jebkāda pārklājuma, īsi apgrieztiem - gēla nagi, lakoti nagi, kā arī gari nagi satur vairāk baktēriju un tos nevar kvalitatīvi nomazgāt, radot lielāku mikrobu pārnesšanas risku jaundzimušajam;
 - Ienākot nodaļā rūpīgi nomazgājiet rokas ar ziepēm. Atkārtota roku mazgāšana ir nepieciešama, kad būsiet nomaiņījis bērnam autiņbiksītes;



- Aprūpējot bērnu, lietojiet vienreizlietojamo priekšautu;
- Dezinficējiet rokas, ienākot slimnīcā, pirms un pēc bērna aprūpes, izejot no nodaļas un slimnīcas, kā arī pēc labierīcību apmeklēšanas;
- Neapmeklējiet bērnu, ja Jums ir akūtas vīrusa infekcijas pazīmes (iesnas, sāpošs kakls).

DROŠA VIDE UN POZA MAZUĻA GULDINĀŠANAI



- Vienmēr gulēšanas laikā - gan dienā, gan naktī, - mazulim ir jāguļ uz muguras (nevis uz sāniem vai vēdera).

- Mazulim ir jāguļ vienā istabā ar vecākiem, bet pašam savā gultiņā (ne vecāku gultā).



- Mazulim jāguļ uz stingra matrača, kas pārklāts ar atbilstoša izmēra paladziņu.

- Mazuļa gultiņā nedrīkst atrasties mīkstās rotaļlietas un spilveni.



**Guļamistabā jābūt komfortablai temperatūrai - 21 - 22 °C.
Mazulim jābūt gaisa temperatūrai atbilstošā apģērbā.**

MANI JAUTĀJUMI:

Pierakstiet jautājumus, kurus vēlaties uzdot ārstam vai mā sai.

PIEZĪMĒM:

Vieta, kur pierakstīt bērna barošanas laikus, piefiksēt svarīgu informāciju vai veikt citas nepieciešamās piezīmes.

MŪSU KOMANDA



Bērna piedzimšana ir skaists un emocionāli piepildīts brīdis, kas jaunajai ģimenei nes prieku par mazuļa ienākšanu pasaulē un paliek atmiņā kā īpaša dzīves pieredze. Arī dzemdībpalīdzības speciālistiem tā ir iespēja piedzīvot šo nozīmīgo notikumu kopā ar jums, sniedzot profesionālu palīdzību un atbalstu.

Katram bērnam ir jānāk pasaulē drošā un draudzīgā vidē. Mūsu lieliskā komanda rūpējas par ikkatras māmiņas, bērna un ģimenes veselību un labsajūtu.

Kas mēs esam? Mēs esam dzemdību speciālistu – ārstu un vecmāšu –, neonatologu jeb jaundzimušo ārstu, bērnu aprūpes māsu un aprūpes atbalsta speciālistu komanda.



KĀ MŪS ATRAST:

PAULA STRADIŅA KLĪNISKĀS
UNIVERSITĀTES SLIMNĪCAS
PERINATĀLĀS APRŪPES CENTRS

B1 ieeja, 6.stāvs

Pilsoņu iela 13, Rīga

info@stradini.lv

www.stradini.lv