

Состояния, требующие срочной консультации участкового врача:

1. Срыгивание - это процесс возвращения (через пищевод и рот) только что съеденного, но еще не переварившегося в желудке молока. Срыгивание может возникнуть в процессе или непосредственно после кормления. Если количество срыгиваний в день больше 5, они обильные и выходят фонтаном, при этом ребенок медленно набирает в весе или теряет его, беспокоен, плохо спит и часто плачет - это причины для немедленного обращения к врачу.

2. Колики - это приступы раздражительности, возбуждения или плача у детей, связанные с болью в кишечнике при избыточном газообразовании. Нередко колики возникают во время кормления: ребенок неожиданно кричит, ведет себя беспокойно, поджимает ножки. Эпизоды беспокойства, длящиеся более 3 часов в день и не менее 3 дней в неделю, требуют обращения к врачу.

3. Стул новорожденного должен быть однородным, кашцеобразным без примеси крови и слизи. Если кишечник ребенка опорожняется реже 1 раза в 2 суток и есть беспокойство, вздутие живота, снижение аппетита, а также наличие частого водянистого стула требуется консультация.

4. Здоровый ребенок спит 18-22 часа в день. Он пробуждается, просит грудь, начинает сосать и здесь же у груди опят засыпает, завершив трапезу. Сниженная активность и вялость в течение суток — показания для обследования ребенка.

5. Появление и усиление желтухи после 3 суток (желтуха - это состояние, при котором в крови повышается уровень билирубина, который откладывается в тканях, придает коже, слизистым и белкам глазных яблок оттенок от лимонного до апельсинового цвета), бледности, мраморности, цианоза - показания для обращения к врачу.

С уважением, коллектив перинатального центра.



Памятка при выписке из роддома

Мы желаем Вам и Вашему малышу здоровья и счастья, и готовы всегда прийти Вам на помощь. Если у Вас возникают затруднения, Вы можете проконсультироваться по телефону по вопросам грудного вскармливания или состояния ребенка.

**Контактный телефон группы
поддержки по грудному
вскармливанию:
+7 (904) 870-35-78
<http://semeika.tilda.ws>**

Памятка при выписке из роддома

Первый месяц жизни (период новорожденности) — период привыкания ребенка к новым условиям существования. У него теперь другая среда и другое питание. Вы с крохой заново привыкаете друг к другу. Надеемся, что наша памятка поможет Вам в этот период. *У Вас все получится! Любовь творит чудеса. Мы желаем Вам успехов!*

Кормите малыша по требованию, и если ребенок не просыпается более 3-х часов, его можно попытаться разбудить для кормления, в том числе и в ночное время. Держите малыша на груди не менее 20 мин. Не давайте ребенку никакого питья и другой пищи и другой пищи, кроме своего молока, если Ваш педиатр не назначил Вам его специально. Сцеживать молоко не нужно, просто дайте малышу возможность полностью опорожнить грудь, и тогда молока, будет столько, сколько необходимо. Если на Ваш взгляд ребенок не наелся, можно предложить ему другую грудь, но в следующее кормление начните с той груди, из которой докармливали.

Температура в помещении, где находится малыш, должна быть 22 - 25 градусов (если Ваш малыш весит более 3-х кг). При этой температуре малыш может быть одет в подгузник, ползунки, кофточку с длинным рукавом. Если у него мерзнут ножки, то можно надеть носочки. Шапочку надевать не нужно. Непродолжительные воздушные ванны полезны для укрепления иммунитета ребенка. Их проводят во время переодевания, оставляя его голеньким на 5 - 7 мин. Не пеленайте ребенка в пеленки. Он много месяцев имел возможность свободно двигаться, а когда ему стало слишком тесно, он родился, чтобы обрести новую свободу. Менять распашонку нужно не реже 2-х раз в день (утром и вечером после купания), а ползунки по мере загрязнения.

Проветривайте комнату не менее 3-х раз в день. Во время проветривания выносите кроху в другую комнату или оденьте чуть теплее (наденьте шапочку, укройте одеялом).

Купать ребенка можно, даже если у него не отпал пуповинный остаток. Просто обсушите пуповину

после купания. Подмывайте ребенка каждый раз после опорожнения кишечника. Если ребенок только помочился подмывать не нужно. Девочку подмывайте спереди назад. Не допускайте, чтобы ребенок находился в испачканном подгузнике. Кипятить воду не обязательно. Марганцовку в воду добавлять не следует - она «сушит кожу» и убивает не только «вредных», но и «полезных» для нашей крови микробов. Не чаще 2-х раз в неделю можно добавить в воду отвар детского сбора для купания. С мылом кроху следует мыть только 1 раз в неделю. Температура воды для купания 36 - 37 °С, а для споласкивания после завершения купания 35 - 36 °С. Воды следует наливать столько, чтобы тельце ребенка было полностью покрыто водой. Не опасайтесь, что вода попадет в ушки (ребенок до 9 месяцев жил в воде, да и, став взрослым, он будет плавать и нырять) просто просушите их после купания и пока не высохнут волосы, наденьте шапочку. Там, где Вы купаете, температура воздуха должна быть не ниже 22 °С. Если купаете в комнате, не забывайте прикрыть форточку.

После купания обсушите ребенка промокательными движениями мягким полотенцем. Не трите кожу, она очень нежная. Сперва за ушами, затем шея, подмышки, локтевые складочки, подколенные, паховые и ягодичные. При использовании одноразовых подгузников смажьте кожу ягодиц специальным кремом «под подгузник».

Если пуповина не отпала — не волнуйтесь. К 2 - х недельному возрасту отпадение обычно происходит самостоятельно. Если этого не произошло, Вас проконсультирует Ваша детская патронажная сестра или Ваш участковый педиатр.

Самое главное держать пуповину чистой и сухой. Если пуповина отпала, то образуется так называемая пупочная ранка. Ее также мыть с мылом 2 раза в день. При появлении небольшого количества сукровичного отделяемого можно обрабатывать 3% раствором перекиси водорода и 0,5% спиртовым раствором хлоргексидина, или раствором марганца. Хорошо растяните края пупочной ранки палочкой с ватой, смоченной одним из перечисленных растворов, обработайте ранку по кругу изнутри кнаружи. Если в течение всего дня пупочная ранка сухая и чистая, кожа вокруг обычного цвета после купания просто просушите ее чистой ватной палочкой. Если кожа вокруг пупочной ранки покраснела или из ранки выделяется гной или мутное белесоватое отделяемое немедленно обратитесь за медицинской помощью.

Умывайте утром ребенка, используя вату, смоченную кипяченой водой, а когда малыш подрастет, умывайте под проточной водой, также как умываетесь сами. Промывать глаза малышу необходимо, только если это специально рекомендовано Вашим врачом. При необходимости можно почистить нос ребенку (т.к. если затруднено носовое дыхание, то малыш не может сосать грудь). Помните, что при очищении слуховых и носовых ходов нельзя использовать твердые предметы. Скрутите ватный жгутик между пальцами или ладонями, смочите его вазелиновым маслом и вращательными движениями по очереди очистите носовые ходы. Иногда может помочь закапывание 3 — 4 капель физиологического раствора в каждый носовой ход. Очищать слуховые ходы не следует. Можно почистить только ушную раковину (например, если ребенок срыгнул и молоко попало в ушко). Если Вам кажется, что слуховой ход все же следует очистить, то обратитесь за помощью к медицинским работникам. Никогда не капайте свое молоко малышу в нос, глаза и ушки. Это питательная среда для размножения микробов.

Ногти подстригайте очень осторожно, специальными ножницами. Сперва обработайте ножницы и ногти спиртом, затем аккуратно подстригите ногти.

Никогда не оставляйте ребенка на столе, кровати или диване без присмотра (даже если Вам кажется, что он не может перевернуться). Вообще не оставляйте ребенка надолго одного! Совместный сон в одной кровати с родителями (и с другими детьми) с точки зрения возможной асфиксии не безопасен. Совместный сон может фактором риска удушья малыша. Оптимальным будет сон в родительской спальне, но не в родительской кровати. Поставьте детскую кроватку вплоты к своей, опустите боковую решетку. С одной стороны это обеспечивает безопасность малыша, с другой — Вы будете в непосредственной близости от своего ребенка и Вам не придется вскакивать ночью по несколько раз. Вам будет удобно ночью кормить кроху, а затем, не вставая, перекладывать его в кроватку.