

## PIERWSZY ROK | wcześniaki

Wielkim osiągnięciem medycyny jest to, że dzieci urodzone przedwcześnie mają dziś szansę nie tylko przeżyć, ale także żyć zdrowo. Wcześniaków rodzi się więcej niż w ubiegłych dekadach, a ich leczenie daje coraz lepsze efekty. Nie zmienia się jedno – lęk rodziców. W tych najtrudniejszych pierwszych tygodniach rodzice potrzebują wsparcia. Rozpoczynamy cykl tekstów, w którym będziemy przedstawiać historie wcześniaków, tłumaczyć, z czym muszą się zmagać takie dzieci, ich bliscy i personel medyczny.

# Powtórne narodziny

Kiedy twoje maleńkie dziecko leży w inkubatorze i nie możesz go nawet dotknąć, trudno uwierzyć, że jesteś jego mamą. Ta pewność jednak się narodzi – mówi Ania, mama dwuletniego dziś Tomka, który urodził się w 33. tygodniu ciąży.

Wystuchała JOANNA SZULC

15.10 byłem jeszcze w ciąży i miałam robione USG przepływowo. Lekarz od paru dni pilnie monitorował zdrowie dziecka, niepokoiły go zbyt niskie przyrosty jego masy. Sprawdzał, co się dzieje.

Właśnie wtedy tętno Tomka zaczęło zanikać. Decyzja zapadła błyskawicznie. Około 15.20, bodaj po 10 minutach od alarmu, wyjęto synka z mojego brzucha. Nikt nie jest przygotowany na takie tempo. I na narodziny dziecka dwa miesiące przed terminem.

## PRZEZ SZYBĘ

Podczas cesarskiego cięcia byłam przytomna. Pokazano mi dziecko, usłyszałam: „To jest pani syn”. Mignął mi przed oczami w drodze do inkubatora.

Nie mogłam go przywitać.

Przez pierwsze dwa tygodnie tylko patrzyłam na niego przez szybę. Byłam przy nim tyle, ile mogłam. Udało mi się przez całe 10 dni być w szpitalu non stop. Potem wypisano mnie i odtąd żyłam w ciągłej podróży. Dom, szpital, dom... W domu odciążałam pokarm i wiozłam do szpitala. Powrót, laktator, znów samochód i do szpitala. I chwile spędzane ze starszą, dziesięcioletnią córką. Była przestraszona, trudno

Dwuletni Tomek jest okazem zdrowia. Nadal uwielbia przytulać się do mamy.



FOT. ALINA GAJDANOWICZ, GETTY IMAGES/IFM, PIOTR ANTONIOW

jej było pojąć, dlaczego brat urodził się za wcześnie, dlaczego jest w szpitalu. I uwierzyć, że w ogóle tam jest.

## PIERWSZY DOTYK

Nigdy nie zapomnę chwili, gdy pozwolono mi pierwszy raz dotknąć rączki Tomka. To było dwa tygodnie po jego narodzinach. Kolejne dwa tygodnie czekałam, by móc go przytulić. Był tak maleńki... Ale na tej jego malutkiej buzi zobaczyłam błogostan. W końcu mogłam go przytulić, położyć sobie na piersi. Kangurowanie – tak to się nazywa. Terapia obopólna – dla dziecka i dla rodziców.

Przy Tomku byliśmy na zmianę, ja i mąż. Uprosilśmy też personel, by choć na sekundę mogła wejść do niego siostra. Zobaczyła go i uspokoiła się. Nie przestraszył jej widok szpitalnej aparatury ani to, że braciszek jest taki malutki.

## WYMARZONE KARMLENIE

W piątym tygodniu pobytu w szpitalu poprosiłam pielęgniarki o możliwość wykąpania Tomka. Już mógł być kąpany, chciałam przy tym być, móc coś zrobić. To było dla mnie wielkie przeżycie. Po kąpeli trzymałam go w ramionach i pomyślałam, że spróbuję przystawić go do piersi. Pielęgniarki były wspierające i pomocne, ale widziałam w ich spojrzeniu ostrzeżenie: „Nie rób sobie nadziei”.

A Tomek zaczął ssać!

Musiałam uzbroid się w cierpliwość. U wcześniaka nauka ssania piersi to cały proces. Synek szybko się męczył, zasypiał. Trzeba go było dokarmiać. Jednak z każdym dniem było lepiej. Przystawiałam go do piersi tak często, jak się dało i kolejne karmienia trwały coraz dłużej.

## POWRÓT DO DOMU

Wróciliśmy z Tomkiem do domu na dwa tygodnie przed planowanym terminem jego porodu. Gdyby ciąża przebiegała prawidłowo, byłby jeszcze schowany w moim brzuchu, bezpieczny, spokojny. Ale on miał już za sobą tygodnie pobytu w szpitalu, tygodnie doświadczeń. Był wciąż przestraszony, byle szelest powodował u niego lęk. Ale wystarczyło go przytulić, pozwolić mu przyłgnąć do mnie całym ciałem, aby się uspokoił.

## CIĄGŁE CZUWANIE

Powrót do domu był dla mnie wybawieniem. Nareszcie mogłam synka tulić, karmić, mieć blisko. Ale oznaczał także stres. Jak większość rodziców wcześniaków, kupiliśmy monitor oddechu. To świetny sprzęt, ale wyjątkowo czuły i parę pierw-

**W ciąży czułam się dobrze, pracowałam. Potem zastanawiałam się, jaki błąd popełniłam, że pojawiły się problemy. Bo niezależnie od tego, czy takie myśli są uzasadnione, czy nie, poczucie winy się pojawia.**

Reklama



ziaja  
łagodzą  
delikatną  
skórę dziecka



przebadane dermatologicznie i alergologicznie  
Szukaj pozostałych produktów ziaja.com



## PIERWSZY ROK | wcześniaki



Dopiero pół roku po powrocie ze szpitala Ania i Krzysztof poczuli się spokojni o Tomka.

szczych alarmów przyprawiło nas niemal o zawał serca. Potem się przyzwyczailiśmy.

Rozpoczął się też korowód wizyt u specjalistów: okulisty, neurologa, laryngologa, a potem kolejnych kontroli. Wcześniak musi być przez pierwszy okres życia pod szczególną opieką. Bardzo ważne, by pilnować terminów konsultacji i kolejnych badań, ponieważ lekarze mają ograniczony czas na reakcję.

## RODZINNE GNIAZDO

Tomek urodził się w czerwcu. W lutym po raz pierwszy poczuliśmy się spokojniejsi. Przestaliśmy funkcjonować jak patrol interwencyjny, a zaczęliśmy czuć się jak rodzice.

Teraz ma dwa lata, jest cudnym, zdrowym chłopcem. Z tamtych pierwszych miesięcy zostało mu jedno – uwielbia się przytulać. Czasem zakrada się do naszego łóżka, a my pozwalamy mu spać z nami. Ta bliskość jest bardzo ważna, potrzebna. Nam wszystkim.

## Z mojego doświadczenia:

- Jeśli w szpitalu słyszysz, że stan dziecka jest stabilny i że od wczoraj nic się nie zmieniło – ciesz się. Lekarze mówią innym językiem, ale to oznacza, że jest dobrze.
- Pytaj personel medyczny o wszystko, proponuj, proś, by pozwolono ci być tak blisko dziecka, jak tylko będzie to dla niego bezpieczne.
- Nie zrażaj się, gdy pielęgniarki czy lekarze traktują twój zapał (np. dotyczący karmienia piersią) bez entuzjazmu. Próbuje, najwyżej się nie uda. Przecież może się także udać!

## Co czuje wcześniak?

U dzieci urodzonych przedwcześnie cały organizm i wszystkie jego układy są niedojrzałe. Dotyczy to też czucia. Nie tylko zmysłu dotyku, ale także czucia własnego ciała.

**N**oworodki, szczególnie te skrajnie niedojrzałe, czują dosłownie całym sobą. Można powiedzieć – bez żadnej przesady – że wcześniaki czują powietrzem, które otacza ich ciało. Zmiana wilgotności powietrza, lekki przeciąg stają się silnie odczuwanym bodźcem. Osoby, które pracują z dziećmi urodzonymi przedwcześnie, wiedzą, że czują one nawet intencje osoby, która do nich podchodzi.

Na początku życia dziecko odbiera i pojmuje świat przez zmysł czucia. Niezwykle uwrażliwiony. Każdy rodzaj dotyku – czucie podłoża, dotyk rąk pielęgniarki, czucie mamy lub

taty w czasie kangurwania, ból odczuwany przy zabiegach – to wszystko „buduje” dziecko, składa się na jego doświadczenia, wiedzę o świecie, otoczeniu, sobie samym.

Od jakości dotyku zależy w dużej mierze kształtowanie się cech dziecka (zachowania, wzorców postawy i ruchu, napięcia mięśniowego, rytmu snu i czuwania), ale także jego parametry kliniczne (mechanika i wydolność oddechowa, częstość pracy serca, dynamika układu krążenia, gotowość do ssania piersi). Od tego, co i jak czuje wcześniak, zależy więc to, jak długo potrwa jego leczenie i jak będzie wyglądała jego przyszłość. (pz)



## KOMENTARZ EKSPERTA

## Bliskość rodziców pomaga leczyć dzieci urodzone za wcześnie



**W szpitalu staramy się, by świat poza brzuchem mamy był dla dziecka jak najbardziej przyjazny – tłumaczy Paweł Zawitkowski, fizjoterapeuta pracujący z wcześniakami w Klinice Neonatologii i Intensywnej Terapii Noworodka Instytutu Matki i Dziecka w Warszawie.**

Na oddziale neonatologicznym nie jesteśmy w stanie odtworzyć warunków, jakie panują w łonie mamy. Próbuje jednak stworzyć jak najlepsze warunki dla dojrzewania organizmu dziecka urodzonego przedwcześnie. Dbamy o to, by otoczenie było dla wcześniaka bezpieczne i przyjazne, z najmniejszym możliwym poziomem stresu, hałasu, bólu, lęku...

Dla małego pacjenta jego rodzice nie są większym zagrożeniem niż środowisko szpitalne. Dlatego staramy się, by regułą było przyzwolenie na „totalną” obecność rodziców na oddziałach neonatologicznych i pediatrycznych. Nie ma wątpliwości, że dobry dotyk leczy, a najpewniej leczy obecność i bliskość rodziców. Leczy ich głos, dotyk, zapach, aura, którą dzieci wyczuwają na odległość.

Obecność rodziców pomaga też personelowi. Kiedy mamy możliwość opieki nad dzieckiem w ich obecności, czujemy się pewniejsi, stajemy się uczestnikami magicznego zjawiska ponownych narodzin. Tak nazywamy fascynujący proces odzyskiwania wiary w cud narodzin swego wymarzonego dziecka, pewności, a przynajmniej nadziei, że będzie żyło, że będzie zdrowe.

Nie we wszystkich szpitalach jest tak samo – zmiany w sposobie opieki nad wcześniakami to proces. Tam, gdzie ta opieka stoi na wysokim poziomie, staramy się o to, by rodzice jak najwcześniej byli przy swoim dziecku i mogli mieć z nim bezpośredni kontakt (niezależnie od wieku, w jakim dziecko się urodziło). Na początku to dotyk – ręce rodziców w inkubatorze. Kiedy tylko staje się to klinicznie bezpieczne, umożliwiamy przebywanie dzieci na rękach, na piersiach rodziców – nawet wtedy, gdy dziecko podłączone jest do skomplikowanej aparatury ratującej życie. Rodzice, w miarę swoich możliwości, mogą uczestniczyć w większości procedur medycznych, np. pobieraniu próbek krwi. Prosimy, by brali udział w kąpielach, przewijaniu, asystowali w karmieniu sondą, próbowali karmienia piersią, a jeśli to niemożliwe – butelką i smoczkiem. Uczymy specyficznych technik opieki i pielęgnacji, które wspierają rozwój dziecka.

To wszystko pozwala ograniczać do minimum konieczność terapii po wyjściu małego pacjenta do domu. Rodzicom łatwiej dzięki temu uwierzyć we własne możliwości. Dzieci zyskują poczucie miłości, bezpieczeństwa i najlepszej na świecie opieki.

Reklama

# Portal dla Ciebie

Jesteś troskliwą Mamą i chcesz jak najlepiej dbać o swojego maluszka. Potrzebujesz więc fachowych rad.

ZNAJDUJ Z NĄ [komfortmaluszka.edziecko.pl](http://komfortmaluszka.edziecko.pl)

**Jako młoda Mama szukasz czasem informacji dotyczących pielęgnacji dziecka w Internecie. Ale sama wiesz, że nie wszystkie godnie są zaszczenia. Teraz możesz odebrać z ulgą – uruchomiliśmy platformę on-line, [komfortmaluszka.edziecko.pl](http://komfortmaluszka.edziecko.pl), która będzie funkcjonowała w ramach portalu edziecko.**

**Bazenna pomoc**  
Głównym elementem nowego serwisu będzie sekcja edukacyjna, w której znajdziesz informacje m.in. o tym, jak prawidłowo pielęgnować skórę malucha. Fachowe porady i instrukcje przygotowane zostały z udziałem konsultantów medycznych – lekarzy i położnych.

**Gra zręcznościowa**  
Portal edziecko pomoże Ci się także zrelaksować. Służy temu gra zręcznościowa stworzona dźwiękiem. Emulując w mikrofonie będziesz kierować postacią dziewczynki, wyskakującą w sposób jedyny z wodzących marek produktów do pielęgnacji skóry. Dziewczynka na parkiecie poróżuje wśród „oddychających elementów” – omiumek i piórek. Twoim zadaniem będzie zebranie jak największej liczby bonusów.

**Konkurs fotograficzny**  
Od lipca do końca roku w ramach platformy [komfortmaluszka.edziecko.pl](http://komfortmaluszka.edziecko.pl) prowadzony będzie konkurs fotograficzny. Przy pomocy specjalnego narzędzia będziesz mogła tworzyć grafiki ze swoimi dziećmi w roli głównej. Imi użytkowników serwisu będą je oceniać i głosować on-line. Jeśli weźmiesz udział w konkursie, doobniez nagrody w postaci gadżetów przydatnych w pielęgnacji malucha (przewijaki, łóżko, kocyki, poradniki i opaski na nocgastek dla matek karmiących piersią). A jeśli wygrasz – nagrodą będzie indywidualna sesja fotograficzna dla Ciebie i dziecka.