

Titlu: Când copilul nostru prematur ajunge acasă

Autor: Carmen Rosa Pallás Alonso. Șef Serviciu Neonatologie, Hospital 12 de Octubre.
Membru al grupului PrevInfad

Traducerea și adaptarea: Daniela Florentina Pruteanu

Cuvinte cheie: prematur, înainte de termen, nou născut, dezvoltare, vârsta corectată

Copiii prematuri sunt cei care se nasc înainte de cea de-a 37^a săptămâna de viață. Data care se calculează corespunzând datei nașterii este cea de-a 40^a săptămână de gestație, iar un copil care se naște cu două săptămâni mai devreme, adică la 38 de săptămâni, nu este considerat prematur. Dacă se naște cu 4 săptămâni mai devreme, în săptămâna 36 de gestație, este un copil prematur. Este ușor de înțeles ca nu toți copiii prematuri sunt la fel, nu este același lucru sa se nască cu cinci săptămâni mai devreme, în săptămâna 35 de gestație sau în săptămâna 24 de gestație, adică cu 16 săptămâni înainte de data probabilă a nașterii.

Câteodată se crede că prematurii sunt doar copii mai mici, care cântăresc mai puțin și care doar trebuie să stea o vreme la incubator ca să recupereze greutatea. Este adevărat ca prematurii cântăresc mai puțin, au stat mai puțin timp în uterul matern și de aceea au luat mai puțin în greutate, dar nu aceasta este principala lor problemă. Copiii prematuri se nasc cu organele imature și de aceea nu sunt gata pentru a asuma funcțiile care sunt necesare când copilul se naște înainte de termen. Cu cât un copil este mai prematur, cu atât organele sale au mai multe probleme pentru a se adapta și de aceea trebuie internați. În anumite situații au nevoie de internare în secția de medicină intensivă, deoarece au nevoie de medicamente și aparatura care sa le compenseze imaturitatea organelor sale.

Când un copil prematur se externează din spital se presupune că este deja matur, poate fi hrănit fără probleme, organele sale funcționează bine și este capabil de a controla temperatura corpului într-un pătuț.

Marea majoritate a copiilor prematuri vor fi copii cu o dezvoltare absolut normală dar, chiar și așa au o serie de caracteristici sau particularități. Copiii prematuri termină maturizarea într-un mediu diferit de uterul matern și de aceea dezvoltarea sa are caracteristici diferite pe care părinții este bine să le cunoască pentru că așa se vor simți

mai siguri și nu se vor îngrijora pentru aspecte care sunt normale la copiii care se nasc înainte de termen.

Vârsta corectată

Este un concept foarte important, pe care totii părinții copiilor maturi ar trebui să îl cunoască. Numim vârsta corectată vârsta pe care ar avea-o copilul dacă s-ar fi născut la 40 de săptămâni de gestație, adică dacă s-ar fi născut la data probabilă a nașterii. De exemplu, un copil de 6 luni care s-a născut la 32 de săptămâni de gestație, cu 8 săptămâni înainte de data probabilă a nașterii, are o varstă corectată de 4 luni. Din cele șase luni de vârstă reală se scad cele 8 săptămâni care rămâneau până la 40 de săptămâni și deci, vârsta sa corectată este de șase luni minus 8 săptămâni, ceea ce este echivalentul a aproximativ patru luni de vârstă corectată. Când un copil se naște la 24 de săptămâni de gestație, se naște cu 16 săptămâni înainte de termen, așadar de exemplu, când va avea 10 luni de vârstă reală, vârsta sa corectată va fi de șase luni, deoarece trebuie scăzute cele 16 săptămâni din vârsta reală.

Dezvoltarea copilului, greutatea, înălțimea, vor corespunde vârstei corectate și nu vârstei reale. Vârsta corectată își pierde importanța după 2 ani de viață. Nu este același lucru un copil de 10 luni ca unul de șase luni, totuși la cinci ani nu există mare diferență între a avea cinci ani sau a avea cinci ani și patru luni. De aceea, pediatrii au decis să utilizeze vârsta corectată pentru toți parametrii până la doi ani. După doi ani de viață, vor utiliza vârsta reală.

Îngrijiri speciale când venim acasă cu un copil prematur.

Copiii prematuri au dificultăți în a **controla temperatura**. Dacă este foarte cald în cameră vor face febră, iar dacă este frig temperatura lor va coborî sub limitele normale. În cameră trebuie să fie o temperatură între 21 și 23 de grade și trebuie să fim atenți cu hainele pe care i le punem copilului. Dacă nu suntem siguri dacă copilul este prea mult sau prea puțin îmbrăcat i se poate lua temperatura.

Trebuie încercat ca numărul de vizite să se reducă la maxim. Este de preferat să îl vadă pe stradă decât în casă, deoarece este mai ușor de transmis o infecție într-un loc

închis decât în spațiu deschis. Este important ca nimeni să nu atingă copilul fără să se fi spălat mai întâi pe mâini. Dacă mama sau tatăl sunt răciți trebuie să folosească masca când iau copilul în brațe. Pe frați trebuie să-i învățăm să se spele pe mâini de fiecare dată când îl vor atinge pe frățiorul mai mic. Nu trebuie să li se interzică să îl atingă, trebuie învățați cum să o facă.

Dacă este posibil trebuie evitate creșele, în mod ideal până la 3 ani. La creșă copiii prematuri sunt expuși la mulți alți copii, dintre care unii vor avea anumite infecții pe care le vor transmite destul de ușor.

Familia copilului prematur.

De multe ori, așa precum copiii prematuri nu sunt încă pregătiți să se nască, nici părinții nu sunt pregătiți să-i primească pe copiii lor. În plus, după cum am spus, unii copii prematuri au nevoie de internări lungi în spital, ceea ce produce o mare problemă în familie. Părinții trebuie să încerce să asume rolul de îngrijitori ai copilului cât mai curând, deși este internat la spital. Cu cât se implică mai mult în îngrijirea copilului, cu atât mai ușor le va fi totul. Îngrijirea ”cangur” crește producția de lapte, favorizează dezvoltarea copilului și scade anxietatea și depresia părinților. Contactul fizic între părinți și copil este foarte important deoarece ușurează apariția legăturii. Poziția cangurului (figura 1), ținerea în brațe, îmbrățișarea, sărutul, vor ușura procesul de realizare a legăturii între părinți și copil, ceea ce, fără îndoială, este îngreunat de internarea în spital când acesta este necesar.

În timpul internării în spital trebuie să se încerce obținerea timpului pentru a sta cu frații copilului, dacă îi are. Frații se pot simți abandonați de către părinții lor, care par preocupați doar de un copil pe care nici nu îl cunosc nici nu știu prea bine unde este. Pentru ei este de asemenea bine să îl poată vedea la spital, să îl asocieze cu o figură. Ei captează starea lui de fragilitate și înțeleg astfel mai bine de ce părinții trebuie să dedice atâta atenție acestui copil așa de mic. Dacă în majoritatea zilelor, în pofida oboselii pe care fără îndoială o au părinții, se obține un timp dedicat special fraților, aceștia suportă mult mai bine perioada internării. Când fratele ajunge acasă trebuie să îi instruiem cum trebuie să îl trateze, să îi învățăm că trebuie să se spele pe mâini înainte de a-l atinge, dar nu trebuie să îi interzicem să aibă contact fizic cu frățiorul prematur.

După externare, copiii prematuri sunt percepuți ca fiind foarte fragili și de multe ori apar atitudini superprotectoare care, câteodată complică procesul educativ, dar care, pe de altă parte se înțeleg foarte bine, pentru că unii copii au fost într-adevăr foarte mici și foarte fragili. În orice caz, trebuie încercat să îi facem pe copii să se simtă siguri. Cu cât se simt mai siguri, cu atât mai independenți vor fi după aceea. Deși trebuie să îi protejăm, în același timp trebuie să îi lăsăm să își asume micile lor provocări.

Gemenii și tripleții sunt prematuri în mod frecvent. În ziua de astăzi a crescut frecvența gemenilor și tripleților datorită frecvenței cu care se aplică tehnicile de reproducere asistată. Dacă a avea un copil prematur alterează deja ritmul unei familii, dacă sunt doi sau trei prematuri, și dacă sunt foarte prematuri, se pot produce situații foarte critice datorită oboselii și stresului pe care îl presupune. De aceea este foarte important să se caute ajutor la rude sau prieteni. Presupune multă muncă și se suportă mai ușor dacă există ajutor.

Femeile care au avut un copil prematur au un risc mai mare de a avea alți copii prematuri, dar valorarea riscului în fiecare situație trebuie realizată împreună cu ginecologul, care va fi cel care va da informații mai precise. Femeile care au fost premature de asemenea au un risc mai mare de a avea copii prematuri.

Aspecte importante

- Se spune că un copil este prematur când se naște înainte de săptămâna 37 de gestație, dar nu toți copiii prematuri sunt la fel.
- Copiii prematur își termină maturizarea într-un mediu diferit și de aceea dezvoltarea lor are anumite caracteristici particulare.
- Vârsta corectată este mai importantă decât vârsta reală. Dezvoltarea lor și creșterea se vor valora în funcție de vârsta corectată care este vârsta pe care ar avea-o copilul dacă s-ar fi născut când trebuia.
- Au dificultăți în a-și controla temperatura și ușurință de a contracta infecții. De aceea, este foarte important să se spele pe mâini întotdeauna înainte de a-i atinge.
- Laptele matern este cel mai bun aliment pentru copiii prematuri. Indiferent dacă li se oferă alăptare maternă sau cu lapte praf, în general au nevoie să mănânce

mai frecvent decât copiii care se nasc la termen și este important să îi lăsam să se odihnească între mese.

- Copiii prematuri au nevoie de suplimente de fier și de vitamina D.
- Vor reuși să stea în fund la șase sau șapte luni de vârstă corectată și vor merge în jurul vârstei corectat de un an.
- Vorbindu-le și povestindu-le istorii, de foarte mici, îi va ajuta să se dezvolte.
- Câteodată copiii prematuri au probleme de dezvoltare. În fața oricărei probleme sau nelămuriri trebuie vorbit cu pediatrul.
- Este foarte important ca părinții să aibă contact fizic cu copilul prematur, așa se favorizează crearea legăturii, și în cazul mamei, va crește producerea de lapte.
- Vaccinurile trebuie administrate urmând vârsta reală a copilului și ținând cont de indicațiile pediatrului.



Figura 1: Metoda cangurului: Mama sau tatăl dezbrăcat de la brâu în sus se va așeza și va pune copilul dezbrăcat sau doar cu scutece între sâni. După aceea se pot acoperi amândoi cu o pătură sau cu hainele mamei sau tatălui.