

EGLĖ MARKŪNIENĖ

NAUJAGIMIO POREIKIAI

Metodinė medžiaga mokytojui



Priemonė mokytojui padėti 11-12 kl. mokiniams įgyti gebėjimų apibūdinti svarbiausius naujagimio/ kūdikio poreikius, jų tenkinimo svarbą ir būdus.

Vaikų ir jaunimo lytinės sveikatos stiprinimas ir rizikingos lytinės elgsenos prevencija,
taikant inovatyvias mokymo priemones

Projektas finansuojamas Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis

2021

Mokytojui

Ši pamoka skirta gilesniam supratimui apie pirmuosius bazinius naujagimio poreikius, užtikrinančius sveiką gyvenimo pradžią. Kai po II Pasaulinio karo, Lietuvai patekus į Sovietų Sąjungos sudėtį, gimdymai iš namų aplinkos persikėlė į ligonines (gimdymo namus) iki pat Lietuvos Nepriklausomybės atkūrimo 1991 m. visi naujagimiai po gimimo buvo atskiriami nuo mamų, maitinami griežtai pagal grafiką kas 3 val. Jie būdavo visi kartu didelėje palatoje ir vežiojami dideliuose vežimuose, suvystyti į standžius kokonus ir 30 minučių paliekami motinoms maitinti iš krūties. Dažnai jie net nepabusdavo valgyti, nes būdavo primaitinamu naujagimių kambaryje gliukoze ar mišiniu, jei verkdavo. Mamos po tokio maitinimo būdavo paliekamos su stiklinėmis ištraukti pieną rankomis, kad nebūtų sąstovio krūtyje ir mastito. Dėl tokios praktikos naujagimių tarpe būdavo stafilokokinių infekcijų protrūkiai, nes jie gaudavo ligoninės, o ne savo mamų mikroflorą. Motinoms neprasadavo pieno gamyba ir sparčiai mažėjo žindančių motinų, o tai vėl labai ženkliai blogino vaikų, o vėliau suaugusiųjų sveikatą. Atskyrimas sąlygojo ir saugaus prierašumo formavimąsi vaiko prie mamos ir pasitenkinimą vaikų teikiančios motinos savijautos. Jos nedalyvaudavo naujagimio priežiūroje ir išvykdavo namo be bazinių -žinių ir gebėjimų priežiūrėti savo kūdikį. Tekdavo pasikliauti savo mamų, močiučių, draugių patarimais, kurie ne visada buvo teisingi, dažnai paremti savo patirtimi, įsivaizdavimais, įsitikinimais.

Tikslas

Suteikti žinių ir įgūdžių suprasti naujagimio poreikius bei juos tenkinti

Metodai

Sužinoti iš savo tėvų savo gimimo istoriją. Jei būtų įmanoma, atsinešti nuotraukų iš savo pirmųjų gyvenimo akimirku.

Turėti kūdikio dydžio lėlę (50-55 cm dydžio, sveriančią apie 3000-4000g, galvos apimtis apie 32-37 cm). Ją galėtų vaikai pasidaryti patys namuose.

Situacija 1.

Turėti lėlę, drabužėlių, antklodėlę, sauskėlių, vystyklų, vonelę, muilo, vandens termometrą, naujagimio priežiūros (maudymas, sauskėlės, rengimas) algoritmą Nr.A1* ir kontrolinį vertinimo lapą stebėtojui Nr.K1*

Situacija 2.

Turėti lėlę, vatos, vandens puodelyje, sauskėlės, vystyklą, buteliuką su žinduku, kurio galiukas nukirptas (virkštelės/bambutės imitacija), naujagimio priežiūros algoritmą (virkštelė/bambutė, akys, nosis, užpakaliukas/tarpvietė) Nr.A2* ir kontrolinį vertinimo lapą stebėtojui Nr.K2*.

Situacija 3.

Turėti lėlę, antklodėlę, vystyklą, naujagimio priežiūros algoritmą naujagimio priežiūra (raminimas, nešiojimas, migdymas) Nr.A3* ir kontrolinį vertinimo lapą stebėtojui Nr.K3*. Susirasti lopšinių ir išmokti dainuoti. Sukurti savo lopšinę.

Situacija 4.

Turėti lėlę, krūtis muliažą, kuri galima pasidaryti iš kaproninės kojinės ir vatų, keletą pagalvių arba specialią žindymo pagalvę, naujagimio priežiūros algoritmą (žindymas) Nr.A4* ir kontrolinį vertinimo lapą stebėtojų Nr.K4*

Mokiniai dirba grupelėje po 2-4. Paruoštos trys darbo vietos. Pagal algoritmą kiekvienas treniruojasi, o po to, kai moksleivis – mama/tėtis jaučiasi pasiruošęs, atlieka užduotį, nežiūrėdamas į algoritmą. Stebėtojas turi kontrolinį vertinimo lapą (K1, K2, K3, K4), kuriame žymi, ką padarė/pasakė mokinys - mama/tėtis, kuri(is) atlieka veiksmus, įvertina balais, kartu aptaria, ką padarė, ką praleido ar sakė/darė netiksliai. Mokytojas vaikšto nuo grupelės prie grupelės, stebi, pataria, atsako į klausimus, gali būti pats stebėtojas – vertintojas ir užpildyti vieno, kito moksleivio kontrolinį situacijos vertinimo lapą.

Informacija mokytojui

Gimęs naujagimis kruopščiai nusauginamas ir guldomas motinai ant jos apnuoginto pilvo ir krūtinės, užklojamas minkšta antklodėle. Jei dėl kažkokių priežasčių mama negali priglausti naujagimio prie savęs, tai gali padaryti tėtis. Naujagimis, gulėdamas ant krūtinės, ilsisi, jaučiasi saugus, sušyla (nes po gimimo, iš 37,5⁰ C aplinkos, patekęs į 21-23 °C aplinką, jis vėsta), apsisėja motinos/tėvo mikroflora, pats susiranda krūtį. Maždaug po 2–3 val., kai naujagimis pažinda, jį galima sverti, matuoti ir atlikti pirmąjį tualetą (apvalyti ar išmaudyti, jei labai kraujuotas).

Virkštelę rekomenduojama užspausti, nustojus jai pulsuoti (tai įvyksta 2-3 gyvenimo minutėmis). Su pirmuoju įkvėpimu naujagimis apsirūpina deguonimi, o per pulsuojančią virkštelę jis dar kurį laiką gauna deguonies ir iš motinos. Taip pat atidėtas virkštelės užspaudimas padeda išvengti trečią gyvenimo mėnesį būdingos kūdikių mažakraujystės. Vėliau virkštelė ir bambutė prižiūrima, valant ją vandeniui ir nusauginant.

Odos priežiūra ir maudymas. Naujagimis maudomas 37°C temperatūros vandentiekio vandenyje (nevirintame, be kalio permanganato) 2–3 kartus per savaitę. Pirmą kartą išmaudyti patariama tą pačią dieną ar kitą, grįžus iš ligoninės. Jei maudymui bus naudojamas šulinio vanduo, kurio švarumas nežinomas, jį patariama virinti iki užgis bambutė. Sausai odai tepti tinka natūralūs aliejai, be konservantų (saulėgrąžų, migdolų, sezamo, kviečių daigų ir kt.). Ypač odelė sausa ir šerpetoja pirmąsias dvi savaites, kol naujagimis tarsi „išsineria“ iš paviršinio odos sluoksnio, kuris, mirkęs vaisiaus vandenyse, po gimimo sausomis sąlygomis apmiršta. Muilu naujagimis prausiamas 1–2 kartus per savaitę. Kasdienis tualetas pasituštinus ar nors kartą per dieną, jei vaikas tą dieną nebus maudomas ar nesituštino, atliekamas kasdien: mergaitės apiprausiamos po bėgančio vandens srove, laikant jas pilvuku į viršų, o berniukus – pilvuku į apačią.

Veidelis valomas vandeniu. Jei akytės švarios, jų valyti nereikia. Jei traiškanoja, valoma virintu vandeniu ar fiziologiniu druskos nuo akies krašto nosies link atskirais vatos gabaliukais kiekvieną akį.

Į lauką galima vežti: vasarą jau kitą dieną sugrįžus iš ligoninės; rudenį ir pavasarį, esant $+10 - (-10)^0$ C temperatūros. Žiemą, kai oro temperatūra $> -10^0$ C, palaukti. Esant neigiamai aplinkos temperatūrai, veidelį reikia tepti riebiu, vandens neturinčiu kremu. Į vežimėlio dugną būtina įkloti kailį ar papildomą čiužinį.

Drabužėliai, vystyklai, patalynė turi būti iš natūralaus pluošto (medvilnės, vilnos, šilko, bambuko). Drabužėlius bei patalynę reikia skalbti kūdikiams skirtais skalikiais bei skalbiamuoju muilu.

Sauskelnės labai patogu naktį ir kelionėse. Tausojant gamtą, mažinant išmetamų šiukšlių geriausia kūdikių priežiūroje naudoti daugkartinius vystyklius/kelnaites. Kol džiūsta virkštelė ir gyja bambutė, sauskelnės būtina taip atlenkti, kad virkštelė ar gyjanti bambutė gautų pakankamai oro.

Saugiausia naujagimį guldyti miegoti ant nugaros. Tyrimai parodė, kad tai gali sumažinti staigios netikėtos mirties atvejų. Naujagimis užklojamas taip, kad nepalįstų ar neužsitrauktų antklodės ant galvos. Migdomas jam skirtoje lovelėje, lopšyje.

Žindymas - tai natūralus būdas naujagimiui maitintis nuo gimimo momento. Nors apie naudą aptariama bendraujant su medicininio personalu, bei suteikiama daug žinių viešosiose informacijos priemonėse, tačiau žindymą renkasi ne visos moterys. Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja žindyti iki 2 metų ir ilgiau, tačiau statistikos apie šios rekomendacijos laikymąsi Lietuvoje yra labai nedaug. Vieno tyrimo duomenimis iki 2 metų žindoma apie 10 proc. vaikų.

Pasaulinės sveikatos organizacija (PSO) rekomenduoja kūdikį iki 6 mėn. maitinti tik motinos pienu, o vėliau primaitinant tęsti žindymą bent iki 2 metų. Jei visi Pasaulio vaikai būtų žindomi pagal PSO rekomendaciją, kasmet būtų išvengta 823 000 vaikų mirčių iki 5 metų amžiaus ir 20 000 moterų mirčių dėl krūties vėžio. Žindymo svarba ekonomiškai skurdžiose ir vidutinio lygio šalyse yra puikiai atpažįstama, bet supratimas apie naudą ir reikalingumą nyksta labiausiai išsivysčiusiose pasaulio šalyse. Atliktas tyrimas įtraukiant moteris iš Kinijos, Prancūzijos, Didžiosios Britanijos ir Jungtinių Amerikos valstijų. Buvo klausta, kiek laiko PSO rekomenduoja maitinti kūdikį išimtinai motinos pienu. Teisingą atsakymą pasirinko tik 23–36% moterų, daugiausiai Prancūzijoje ir mažiausiai JAV. Daugelis klydo parinkdamos trumpesnius rekomenduojamo kūdikio žindymo terminus, nei rekomenduoja PSO. Tai iš dalies atspindi Pasulyje vyraujančias tendencijas. Taip yra nes, vystantis pramonei, greitėja gyvenimo tempas, moterys įgyja didesnę svarbą darbo rinkoje, gaminami motinos pieno pakaitalai, bet nei vienas jų negali atsverti naudos, kurią per žindymą gauna tiek motina, tiek vaikas.

Motinos pieno nauda kūdikiui

Motinos pienas, dėka milijono metų evoliucijos, yra puikiausias maisto šaltinis vaikui, puikiai atitinkantis besikeičiančius kūdikio poreikius. Natūraliam motinos piene randama daugybė sudėtingų baltymų, lipidų ir angliavandenių, kurių koncentracijos keičiasi vieno žindymo metu, taip pat kaip ir visos laktacijos metu. Be to, kad MP yra energijos šaltinis, jame taip pat gausu biologiškai aktyvių medžiagų, kitaip padedančių kūdikių vystymuisi.

- Imunomoduliacija. Glikoproteinai randami motinos piene dalyvauja mechanizmuose sudarant apsaugą nuo patogenų. Kai kurie jų prisikabina prie gleivinės sienelės receptorių, blokuodami patogenų prisikabinimą virškinamajame trakte. Jie taip pat stimuliuoja žarnyno kolonizaciją naudą teikiančią mikrobiotą. Žindyti vaikai reikšmingai rečiau serga ūmiomis kvėpavimo takų ligomis, viršinio sistemos susirgimais, taip pat jų tarpe pasitaiko mažiau vidurinės ausies otitų.

- Staigi kūdikių mirtis. Staigios kūdikių mirties sindromo rizika mažėja maitinant MP. Atlikus meta analizę padaryta išvada, kad bent du mėnesiai žindymo sumažina staigios kūdikių mirties riziką perpus.

- Nutukimas vaikystėje. Atliktose didelės apimties meta analizėse patvirtinama, kad egzistuoja stiprus ryšys tarp maitinimo motinos pienu ir mažėjančios nutukimo rizikos. Rasta nuo dozės priklausanti sąsaja: kuo ilgesnė žindymo trukmė, tuo mažesnė nutukimo rizika vėlesnėje vaikystėje.

- Intelektas. Yra mokslininkų teigiančių, jog maitinimas MP didina intelekto lygį vėlesniame vaiko, o vėliau suaugusio gyvenime

Žindymo nauda motinai

Maitinimas natūraliu motinos pienu ne tik padeda kūdikiui vystytis, bet ir teikia neginčijamą naudą motinai. Žindymas mažina riziką sirgti kai kuriomis ligomis, bei padeda palaikyti psichologinę motinos sveikatą.

- Pogimdyvinė depresija. Trumpa žindymo trukmė daro įtaką pogimdyvinės depresijos atsiradimui ir trukmei po vaiko gimimo. Depresija nėštumo metu sąlygoja trumpesnę žindymo trukmę ir tai tik paaštrina depresijos simptomus po gimdymo.

- Krūties ir kiaušidžių vėžiai. Krūties vėžys yra pats dažniausias moterų tarpe visame pasaulyje ir sudaro 29 % visų moterims diagnozuojama vėžių. Tuo tarpu kiaušidžių vėžio dažnis iš visų vėžių yra 2,5 %, bet mirtingumas sudaro net 5 %, dėl to, kad dažnai yra nustatomos vėlyvųjų stadijų diagnozės. Žindymas ilgiau nei 12 mėnesių yra susijęs su sumažėjusia rizika susirgti krūtų ir kiaušidžių vėžiu atitinkamai 26 % ir 37 % procentais.

- 2 tipo cukrinis diabetas. Ilgesnė žindymo trukmė siejama su sumažinta 2 tipo cukrinio diabeto rizika. Laktacija mažina cukrinio diabeto riziką jaunoms ir vidutinio amžiaus moterims, stabilizuodama gliukozės homeostazę.

PSO bendradarbiaudama su UNICEF 1992 sukūrė **Naujagimiui palankios ligoninės iniciatyvą**. Tai dešimt žingsnelių saugančių, remiančių sėkmingą žindymą, kuriais ženkliai prisidedama prie

žindymo kultūros atkūrimo ir palaikymo. Lietuvoje Žindymo skatinimo komitetas, dirbantis prie Lietuvos sveikatos apsaugos ministerijos, siekia, kad kuo daugiau kūdikių Lietuvoje būtų išimtinai žindomi iki šešių mėnesių amžiaus ir toliau būtų žindomi iki dviejų metų amžiaus ar ilgiau, užtikrinant papildomą kokybišką savalaikį maitinimą. Komitetas vertina lignoninių tinkamumą tapti Naujagimiams palankiomis lignoninėmis, rūpinasi jau tokiomis tapusių lignoninių veiklos efektyvumu, stebi motinos pieno pakaitalų ir informacijos apie juos skleidimo įstatymo pažeidimus. Lietuvoje Naujagimiams palankiomis paskelbtos 17 lignoninių.

ŽINDYMO PRINCIPAI

Pieno kiekis priklauso nuo kūdikio apetito, kuris yra toks pat kaip suaugusiųjų: rytą jis dažniausiai valgo mažiau, vakare daugiau. Be to, motinos pieno riebumas per parą kinta: rytą jis riebesnis ir sotesnis, o vakare liesesnis. Norint suprasti kūdikio poreikius, pastebėti apetito svyravimus, reikia:

- Maitinti pagal poreikį. Šis poreikis arba maitinimo dažnis kiekvieno kūdikio individualus. Vieni žinda kas 1–2 val., kiti kas 3–4 val.;
- Leisti žįsti tol, kol paleis krūtį pats.

Maitinimo trukmė priklauso nuo:

- Kūdikio – kaip stipriai ir ritmiškai jis žinda.
- Motinos biologinių savybių: kaip intensyviai bėga pienas. Kai kurioms motinos pienas skirsis fontanu, ir aktyvus kūdikis pasisotins per 2–5 min. Jei kitai pienas skirsis lėtai, lašais, tai kūdikiui gali reikėti 20–30 min.
- Jei motinai žindymo metu skauda, vadinasi, kūdikis netaisyklingai apžiojęs krūtį.

Taisyklingas krūties apžiojimas:

- Liesti speneliu lūpytes ir palaukti, kol naujagimis plačiai išsižios.
- Švelniu judesiu priklausti prie krūties.
- Smakras liečia krūtį.
- Apatinė lūpa išsivertusi.
- Apžiota kuo daugiau rudojo laukelio, ypač iš apačios.
- Skruostai išsipučia, o ne įdumba.
- Girdisi rijimas (tai rodo efektyvų valgymą)

Žindymo pozos. Labai svarbu, kad naujagimis gerai apžiotų krūtį, jį taisyklingai laikyti:

- kūdikio kūnas tiesioje linijoje;
- kūdikio pilvas prie motinos pilvo („lopšio“ ar gulimoje pozicijoje) ar prie motinos šono („kamuolio“ ar dvynių pozicijoje);
- galva lengvai atlošta.

Žindymas gulint. Svarbu, kad pečių juosta būtų gerai paremta pagalvėmis, atpalaiduota, ranka atmesta taip, kad naujagimiui netektų nepatogiai gulėti ant rankos, perkreipta galvute.

Žindymas sėdint. Patogiai atsisėsti, kad nugara būtų paremta pagalvėmis. Pasidėti tiek pagalvių, kad kūdikis būtų krūtų aukštyje.

Parengta pagal

Markūnienė E. ir kt. Neonatologija, Kaunas, 2011

Markūnienė E. Žindymo menas ir mokslas, Kaunas, 2012

Markūnienė E. ir kt. Vaiko sveikatos enciklopedija, Šviesa, 2010

Lekienė L. Motinos socialinių ir psichologinių veiksnių įtaka vaiko žindymo trukmei. LSMU, 2020

PRIEDAS I**KONTROLINIS LAPAS STEBĖTOJUI NR.K1****NAUJAGIMIO PRIEŽIŪRA (MAUDYMAS, SAUSKELNĖS, RENGIMAS)**

Moksleivis dirba, nežiūrėdamas į algoritmą. Vertina šiame lape kitas moksleivis – stebėtojas.

| | Veiksmas | Balai (jei atliko, apibraukti) |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 1 | Pasakė: Maudyti naujagimį geriausia praėjus 1 val. po maitinimo, vakare, kas 2-3-ią dieną | 1 |
| 2 | Pasakė, jog paruoš maudymui šiltą (23-25oC) aplinką. Patiesė kūdikio sausinimui didelį rankšluostį | 1 |
| 3 | Išplovė vonelę su ūkišku muilu, išskalavo | 1 |
| 4 | Įdėjo į vandeninį termometrą ir pripildė iš vandens čiaupo 37-38°C vandens | 1 |
| 5 | Švelniai kalbindamas, pažadino kūdikį, lėtai nurengė | 1 |
| 6 | Suvystė į ploną vystyklą ir lėtai įleido kūdikį į vonelę, kad vanduo apsemtų galvą bei ausis. Lėtai išvystė | 1 |
| 7 | Kūdikį laikė, padėjęs ant savo dilbio, už žastuko. Šypsojosi, kalbino, davė įsikibti į savo pirštą | 1 |
| 8 | Prausimui naudojo kūdikių priežiūrai skirtą muilą, švelnią kempinę. Prausė visą kūną, raukšles. Išmaudė per 7-10 min | 1 |
| 9 | Iškėlė iš vonelės lėtai, kniūbsčia pozicija. Paguldė „varlytės“ pozicijoje ant paruošto rankšluosčio. Nusausino kūnelį, raukšles, galvą, vatos gabalėliu išsausino ausis | 1 |
| 10 | Uždėk sauskelnes. Aprenk švariais drabužėliais | 1 |
| | Maksimali balų suma | 10 |
| | Gauta balų suma | |

KONTROLINIS LAPAS STEBĖTOJUI Nr.K2

NAUJAGIMIO PRIEŽIŪRA (VIRKŠTELĖ/BAMBUTĖ, AKYS, NOSIS, UŽPAKALIUKAS/TARPVJETĖ)

Moksleivis dirba, nežiūrėdamas į algoritmą. Vertina šiame lape kitas moksleivis – stebėtojas.

| | Veiksmas | Balai |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1 | Pasakė: Naujagimio tualetas atliekamas vieną kartą dienoje, ryte. Užpakaliukas/tarpvietė prausiama po vandens čiaupu, kai kūdikis pasituštino. | 1 |
| 2 | Suvilgė vatą virintu vandeniui ir valė virkštelės liekaną ar bambutę. Nusausino sausu vatos gabalėliu | 1 |
| 3 | Pasakė: Virkštelė nudžius ir nukris bei bambos žaizdelė užgis per 2-3 sav. Tuo laiku atlenkiu sauskelnes, kad nedirgintų, nespaustų, vėdintųsi gyjanti virkštelė/bamba | 1 |
| 4 | Pasakė: Jei paraudo, paburko bambos žiedas, keiptis į šeimos gydytoją | 1 |
| 5 | Valė akis atskirais, virintu vandeniui sudrėkintais, vatos gabalėliais nuo išorinio akies krašto link nosies | 1 |
| 6 | Valė nosį kietai tarp pirštų susuktu ir virintu vandeniui sudrėkintu vatos gabalėliu. Pasakė, kad stengsis sukelti net čiaudulį, kad kūdikis pats natūraliai išsivalytų nosį | 1 |
| 7 | Kai kūdikis pasituštino, atsuko vandens čiaupą. Patikrino dilbio paviršiumi ties riešu vandens šiltumą (nei karšta, nei šalta, apie 37°C) | 1 |
| 8 | Berniuką laikė ant dilbio pilvuku žemyn ir prausė, kad vanduo tekėtų per nugarą | 1,5 |
| 9 | Mergaitę laikė ant dilbio pilvuku aukštyn ir prausė, kad vanduo tekėtų per pilvą | 1,5 |
| | Maksimali balų suma | 10 |
| | Gauta balų suma | |

KONTROLINIS LAPAS VERTINTOJUI Nr.K3

NAUJAGIMIO PRIEŽIŪRA (RAMINIMAS, NEŠIOJIMAS, MIGDYMAS)

Moksleivis dirba, nežiūrėdamas į algoritmą. Vertina šiame lape kitas moksleivis – stebėtojas.

| | Veiksmas | Balai (jei atliko, apibraukti) |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1 | Pasakė: Naujagimis/kūdikis supranta, kad yra mylimas ir formuojasi saugus prierašumas prie tėvų(globėjų), kai atsiliepiama į jo poreikius, imant ant rankų, suteikiant kuo daugiau kūno kontakto | 2 |
| 2 | Suvystė verkiantį kūdikį į minkštą vystyklą, paėmė ant rankų, supo, ramino švelniu garsu ššššš... | 1 |
| 3 | Supo kūdikį širdies ritmu, dainavo lopšines (<i>upa upa upa, kas tą vaiką supa...</i>) | 1 |
| 4 | Pasiguldė kniūbsčią kūdikį „varlytės“ pozicijoje sau ant krūtinės | 1 |
| 5 | Nešiojo kūdikį po maitinimo vertikaloje pozicijoje, kad atsirūgtų, priglaustą pilvuku prie savęs. Viena ranka prilaikė galvą, kita - nugarą ties sėdmenimis (kryžkauliu) | 1 |
| 6 | Nešiojo kūdikį po maitinimo ar, kai jis norėjo pasituštinti, vertikaloje pozicijoje priglaustą nugarą prie savęs. Viena ranka laikė per krūtinę, kita- per pėdutes lotoso pozicijoje | 1 |
| 7 | Pasakė: Taisyklingas migdymas padeda išvengti staigios netikėtos kūdikių mirties (SNKM) Labiausiai SNKM didina tėvų, ypač motinos rūkymas, dirbtinis maitinimas, perkaitimas | 2 |
| 8 | Paguldė naujagimį/kūdikį jo lovoje ant nugaros. Kojos arčiau lovytės krašto. Antklodę užkišo po pažastimis. Pasakė, kad miegojimo aplinkos t-ra turėtų būti 18-20oC | 1 |
| | Maksimali balų suma | 10 |
| | Gauta balų | |

KONTROLINIS LAPAS STEBĖTOJUI Nr.K4

NAUJAGIMIO PRIEŽIŪRA (ŽINDYMAS)

Moksleivis dirba, nežiūrėdamas į algoritmą. Vertina šiame lape kitas moksleivis – stebėtojas.

| | Veiksmas | Balai |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 1 | Pasakė: Naujagimiai/kūdikiai žindomi pagal jų poreikį dieną ir naktį. Dažniausiai tai vyksta kas 2-3 val. Būna ilgesnis 4-5 val. Miegas ir dažnesni maitinimosi epizodai, ypač vakare, kas 1-1.5 val. Kūdikiui maisto pakanka, jei jis šlapinasi ne mažiau 6 kartus per parą, tuštinasi gelsvomis išmatomis, auga svoris. Kūdikių neramumas dažnai neteisingai interpretuojamas kaip maisto stygius ir nepagrįstai pradedamas dirbtinis maitinimas. | 1 |
| 2 | Žindymo pozicija sėdint, „lopšio“ pozicijoje: Patogiai atsisėsk. Paremk juosmenį pagalve. Naudok žindymo pagalvę ar kitą pagalvėlę sau ant kelių, kad kūdikis būtų krūtų aukštyje | 1 |
| 3 | Paimk kūdikį per pečių juostą priešinga ranka, nei krūtis, iš kurios maitinsi. Atsuk visą kūnelį į save, kad liestųsi kūdikio ir mamos pilvas | 1 |
| 4 | Žindymo pozicija sėdint, „kamuolio“ pozicijoje: Patogiai atsisėsk. Paremk juosmenį pagalve. Naudok žindymo pagalvę ar kitą pagalvėlę iš šono, kad kūdikis būtų krūtų aukštyje | 1 |
| 5 | Paimk kūdikį per pečių juostą ta pačia ranka, kaip krūtis, iš kurios maitinsi. Atsuk visą kūnelį į save, kad liestųsi kūdikio pilvas su mamos šonu | 1 |
| 6 | Žindymo pozicija gulint: Patogiai atsigulk. Sulenk per kelias kojas. Paremk pagalvėmis pečių juostą. Kūdikį pasiguldyk ant šono, atgręžtą į save. Pilvas liečia mamos pilvą. Prilaikyk kūdikį per pečių juosta ta ranka, kuria patogiau | 1 |
| 7 | Krūties apžiojimas: Prilaikyk krūtį keturiais pirštais iš apačios, nykščiu iš viršaus. Paspausk nykščiu krūtį taip, kad spenelio kryptis būtų į gomurį | 1 |
| 8 | Speneliu paliesk kūdikio lūpas. Palauk, kol plačiai išsižios ir švelniu judesiu priglask jį prie krūties | 1 |
| 9 | Patikrink, ar apatinė lūpa išsivertusi; smakras remiasi į krūtį, apžiota rudojo laukelio daugiau iš apačios nei iš viršaus. Paklausk, ar girdisi rijimo garsas | 1 |
| 10 | Žindyk tol, kol kūdikis krūtį paleis pats. Jei žindymas skausmingas, keisk padėtis, tikrink krūties apžiojimą | 1 |
| | Maksimali balų suma | 10 |
| | Gauta balų suma | |



Pasiruošimas žindymui sėdimoje „lopšio“ pozicijoje.

Paimti naujagimį per pečių juostą priešinga ranka nei krūtis, iš kurios žindys.



Pasiruošimas žindymui sėdimoje „kamuolio“ pozicijoje.

Paimti naujagimį per pečių juostą ta pačia ranka kaip krūtis, iš kurios žindys.



Pasiruošimas žindymui gulimoje pozicijoje.

Paremti pečių juostą pagalvėmis. Prilaikyti naujagimį ta ranka, kuria patogiau (A ar B pav.)

A



B

