

Priekšlaikus dzimimis –

Autore: Līga Brūvere

trausls, īpašs, aprūpējams

Bērni priekšlaicīgi ir dzimuši vienmēr. Atšķirība vien tā, ka mūdienu medicīnas plašās iespējas par šiem mazulišiem ļauj parūpēties daudz pilnīgāk. Stāsta Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas (BKUS) Neonatoloģijas nodaļas klīniskā virsmāsa Ieva Damberga, kas ar mazo bērniņu aprūpi un viņu vecāku mācīšanu, kā tas pareizi jādara, nodarbojas jau astoņus gadus.

Ik gadu priekšlaikus dzimušo bērnu izdzīvošanas prognozes pieaug. Pašlaik galējā zemākā robeža, kad ārsti vēl mēģina cīnīties par zīdaiņa dzīvību, ir grūtniecības 22 nedēļas un vismaz 500 gramu svars. Par priekšlaikus dzimušu sauc mazuli, kurš pasaulē nācis agrāk par 37 pilnām grūtniecības nedēļām. Piedzimstot pirms laika un pametot māmas drošo vēderu, bērniņam parasti ir virkne veselības problēmu. Visi iekšējie orgāni vēl ir tikai nobriešanas stadijā, ne visas organisma sistēmas spēj pilnvērtīgi strādāt. Jo ilgāk mazajam izdevies attīstīties māmas vēderā, jo mazākas sekas agrīna piedzimšana atstās uz veselību.

Bērni, kas dzimuši līdz 28. grūtniecības nedēļai ar svaru, kas mazāks par 1000 gramiem, uzskatāmi par dziļi neiznēsātiem, viņu orgāni ir nenobrieduši un ārpus pasaulē to darbību līdz pilnīgai nobriešanai uztur medicīniskās iekārtas. Gaidību 24. nedēļā pasaulē nākušie bērni izdzīvo 50–60% gadījumu. Aptuveni 65–66% izdzīvojušo ir paliekoši veselības traucējumi.

29.–34. grūtniecības nedēļā dzimuši bērni jau ir dzīvotspējīgāki – izdzīvo 95% mazuļu. Arī viņi saskaras ar veselības problēmām, bet ir enerģiskāki, var skaļāk raudāt, biežāk atvērt acis un kādu laiku sprīdi pavadīt nomodā. Arī šiem mazuļiem bieži vajadzīgs elpošanas atbalsts, papildu skābeklis, surfaktants.



Dziļi neiznēsāto bērnu iespējamie sarežģījumi:

- plaušu nenobriedums ar elpošanas traucējumiem, skābekļa atkarību;
- pēc dzimšanas turpina darboties augļa asinsrite (saglabājas specifiskas augļa sirds anatomiskās īpatnības, kas saistītas ar placentāro asinsriti; tā ir norma, auglim atrodoties dzemdē). Augļa asinsrite rada apasiņošanas problēmas zarnu sieniņā un izmaiņas tajās, kā arī sekmē asinsizplūdumu jeb hemorāģijas veidošanos galvas smadzenēs;
- smadzeņu bojājums ar smadzeņu vielas atmišķēšanos;
- neiznēsāto bērnu retinopātija (specifiskas izmaiņas ar redzes traucējumiem);

Bērni, kas dzimuši 35.–37. grūtniecības nedēļā, jau spēj iztikt bez elpošanas atbalsta un

„Jo ilgāk bērnam izdevies attīstīties māmas vēderā, jo mazākas sekas agrīna piedzimšana atstās uz viņa veselību.”

surfaktanta. Daļa šo mazuļu spēj zīst krūti vai ēst no pudeles, bet citiem sākumā vēl ir nepiecie-

- nepilnvērtīga imunitāte ar lielu infekcijas attīstības risku;
- barošanās un augšanas traucējumi.

Vēlinie iespējamie sarežģījumi, kas saistīti ar dziļi neiznēsātību:

- hidrocefālija (pēc plašiem asinsizplūdumiem smadzeņu dobumu struktūrās);
- hroniska plaušu slimība ar ilgstošu skābekļa atkarību (var būt nepieciešamība skābekļa terapijai arī pēc izrakstīšanas no slimnīcas);
- cerebrālā trieka;
- vājredzība, aklums;
- vājdzirdība, kurlums;
- mentāla atpalcība, apmācības problēmas;
- uzvedības un emocionāli traucējumi.

šams ievadīt pienu kuņģī caur zondi, kā arī vajadzīgs papildu siltums, elpošanas atbalsts.

No šiem bērniņiem izdzīvo un izaug ap 98%. Lielākajai daļai šo bērnu turpmākajā dzīvē nebūs veselības problēmu, kas attīstījušās priekšlaicīgas piedzimšanas dēļ, taču ir iespējamās uzvedības un mācību apguves grūtības. **M**

Priekšlaikus dzimuša mazuļa aprūpe

Autore: Līga Brūvere
Foto: BKUS arhīvs, Shutterstock

Nevieni vecāki nav gatavi kļūt par mammu un tēti tad, kad grūtniecība vēl tikai pusē. Bet tā notiek. Šoks, apjukums, bailes un neziņa ir emocijas, ar kurām jātiek galā vispirms. Bērniņš neizskatās tā, kā ir ierasts redzēt bildēs. Viņš nav apaļš un rozā, bet ļoti tievs, trausls, caurspīdīgu ādu. Tādu var būt bail paņemt rokās. Tomēr mammas un tēta tuvums, pieskāriens, balss un siltums šādam mazulītim ir īpaši svarīgs. Konsultē Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas (BKUS) Neonatoloģijas nodaļas klīniskā virsmāsa Ieva Damberga un BKUS Neonatoloģijas nodaļas fizioterapeite Sanita Polka.

Lielais plaukstas pieskāriens

„Pirmais, ko aicinām vecākus darīt, ir ielikt roku inkubatorā un pieskarties bērnam ar visu plaukstu. Tas ir tā sauktais lielais pieskāriens – plauksta tiek maigi uzlikta uz mazuļa galvas, pleciem, gurniem 1. Lielie pieskārieni ir bērnam patīkamāki un labāki. Ja bērniņš ir ļoti maziņš (500 gramu smags), plaukstas pieskāriens viņam īpaši svarīgs, jo dod sajūtu, ka pie viņa kāds ir. Tas nomierina. Arī vecākiem pašiem ir svarīgi pieskarties, lai apjaustu, ka



bērns vispār ir. Paņemt mazuli rokās bieži vien uzreiz nedrīkst, jo viņš ir pārāk trausls,” teic speciāliste.

Priekšlaikus dzimušiem bērniem, kā jau minēts, labāk patīk liellaukuma pieskārieni. Jo vairāk vecāki pieskaras savam bērnam, jo mazāk to dara personāls – lielu daļu no ikdienas aprūpes darbībām mamma un tētis spēj savam bērnam nodrošināt paši.

Ķengura tvēriens

Vislielāko drošību bērns sajūt, esot mammas rokās – tā sauktajā ķengura metodē. Kad ma-

zulis jau ir pietiekami stabils, mammai dod viņu turēt uz krūtīm. Bērnam tas ir īpaši svarīgi, jo viņš gan sadzird pazīstamos sirdspukstus, gan sajūt mammas smaržu. Turklāt, guļot uz mammas krūtīm, zīdaiņim normalizējas elpošana. Ja mamma

|| *lai arī ļoti mazi, šie bērniņi negul visu laiku. Viņi arī mostas, staipās, spirinās un ir diezgan aktīvi.*

elpo dziļāk, arī bērniņš sāk elpot dziļāk. Tas veicina organisma labāku apgādi ar skābekli. „Ķengurā” var sēdēt arī ar tēti. Šo metodi, lai nomierinātos un sajustu vienam otru, iesaka neaizmirst, arī jau esot ar mazo mājas.

Temperatūras mērīšana un aprūpe

Pirmā procedūra, ko ļauj vecākiem veikt pašiem, ir temperatūras mērīšana. Pēc tam arī autiņbiksīšu mainīšanu. Visas darbības ir jāveic lēnām, mierīgi un bez steigas. Arī priekšlaikus dzimušajiem mazuļiem normāla ķermeņa temperatūra ir 36,6–37 grādi, bet jāņem vērā, ka šiem bērniem vēl ir problēmas ar temperatūras regulāciju. Nereti augstāka vai zemāka temperatūra ir tāpēc, ka mazais ir pārāk sasēgts un viņam ir karsti. Mainot autiņbiksītes, vecākiem māca necelt bērnu ar

kājām uz augšu, bet šiem mazuļiem neder arī hendlinga paņēmieni, ko izmanto laikā dzimušu bērnu aprūpē, kur zīdaini piepaceļ un pagriež uz sānu. Priekšlaikus dzimušajiem der tikai uzmanīga velšana uz sānu, neceļot uz augšu ķermeņa apakšdaļu 2. Paceļot iegurni, mainās iekšējie spiedieni iekšējos orgānos, galvā, kas bērnam ar ļoti trausliem, nenobriedušiem asinsvadiem ir bīstami.

Drošās ligzdiņas veidošana

Pozicionēšanā jeb bērna pareiza iekārtošana pakaviņā, kas nosaka stingras robežas un veido tādu kā drošu ligzdiņu, palīdz mazajam labāk augt 3. Zīdaiņa kājas, rokas un ķermenis jānovieto tā, lai viņš varētu brīvi elpot un ērti gulēt 4. Mazuļim kustoties ir jājūt robežas, un pakaviņš to nodrošina 5.



Lai arī ļoti mazi, šie bērniņi neguļ visu laiku. Viņi arī mostas, staipās, spirinās un ir diezgan aktīvi. Mazuļi mēdz izspārdīties no saliktā pakaviņa, kur pirms

stundas tika pareizi pozicionēti. Ir arī tādi, kas dusmojas, raud, rāda temperamentu. Dvīņi, kurus inkubatorā liek kopā, viens otru iebaksta un iedunkā.

Zimju lasīšana

Lai sadarbība būtu patīkama un veiksmīga, jau kopš pirmajām bērna dzīves dienām jāmacās nolasīt viņa dotās zīmes. Piemēram, ja mazais šobrīd nevēlas, lai viņam pieskaras, viņš to signalizē ar savām kustībām – piespiež plaukstiņas pie sejas, stiepj tās uz priekšu, liek pie ausīm. Jā, tik maziņš, bet jau prot dot zīmes. Ļoti sasprindzis vai – tieši otrādi – ļengans ķermenis var nozīmēt, ka mazajam nepatīk, ka viņu šobrīd aiztiek. Šo sistēmu sauc NIDCAP, un tā ir aizgūta no Skandināvijas. NIDCAP tulkojumā nozīmē – ‘jaundzimušo attīstību veicinoša individuālā aprūpe, kas īpaši sekmē attīstību’.

Bērna darbību nosaukšana vārdā jeb „Marte Meo”* metode

Pasaules iepazīšana sākas ar sevi, tāpēc ir nozīme tam, ko runā un dara bērna klātbūtnē. „Marte Meo” metode ir sarunā-

nākamā. Ja mazulis liek mutē rociņas, spārdās vai grozās, tad vecāks, kurš to redz, skaļi komentē: „Tu pacel kājiņu”, „Tu kustini rociņu” utt. Tāpat jānosauc vārdā arī emocionālās izpausmes, ko mazais sāk izrādīt jau inkubatorā, piemēram: „Tu smaidi”. Ja bērns iekunkstas vai nošķaudās, šo skaņu vecāks atkārto.

Kādēļ tas viss ir nepieciešams? Neonatoloģijas nodaļas fizio-

“ Jau kopš pirmajām bērna dzīves dienām jāmacās nolasīt viņa dotās zīmes. Jā, tik maziņš, bet jau prot dot zīmes.

terapeite Sanita Polka stāsta: „Bērns ir tik ļoti mazs, tikai 700–800 gramu. Šāda komunikācija viņu it kā „padara redzamāku”. Slimnīcā viss ir tik mākslīgs, ka individuāla pieeja un sajūta, ka ar viņu runā, ka viņš tiek sadzirdēts un pats dzird vecāku balsi, liek bērnam noticēt, ka viss ir labi. Tas dod

šānās un sava mazuļa novērošana. Tā ir izmantojama ikviena bērna audzināšanā. Ja mamma vai tētis plāno kaut ko darīt, to iesaka nosaukt skaļi, piemēram: „Tagad es tev sakārtošu sedziņu.” Lai arī vārdu nozīmi bērns nesaprot, tomēr intuitīvi nojauš, ka ar viņu kaut kas tiks darīts, ka vienai darbībai sekos





atbalsta un klātesamības, kā arī lielāku pieņemšanas sajūtu.”

Nabassaites imitācija

Priekšlaikus dzimušiem bērniem bieži velk cepurītes ar garām auklām. Cepures un citi adījumi, piemēram, taustiņi, tiek darināti ar mērķi aizstāt nabassaiti. Vēderā mazulis spēlējas ar savu nabassaiti, to satverot un atlaižot. Piedzimstot šis reflekss – kaut ko satvert ar rokām – saglabājas. Inkubatorā bērns var mēģināt satvert kādu no caurulītēm un

to izraut, tāpēc viņam piedāvā jaunu rotaļlietu – šos speciālos adījumus.

Zidīšana - iespējama un ļoti vēlama

Jau esot mammas vēderā, bērns norij augļūdeņus un

“Mātes piens vienmēr ir bijusi pati labākā pārtika bērnam. Priekšlaikus dzimušam māmiņas piens ir pats svarīgākais.

arī trenē kuņģi. Piedzimstot priekšlaicīgi, kuņģis vēl nav nobriedis smaga ēdiena pārstrādāšanai. Mātes piens vienmēr ir bijusi pati labākā pārtika

bērnam. Priekšlaikus dzimušam māmiņas piens ir pats svarīgākais. Ap grūtniecības 32. nedēļu bērnam sakoordinējas spēja zīst, rīt un elpot. Tas nozīmē, ka var jau drošāk mēģināt viņu ēdināt caur muti un viņš neaizrīsies. Sākumā mazulim piedāvā pienu ar tā saukto

čupa-čups metodi. Proti, vates kociņu izmērcē pienā un pieliek pie bērna mutes. Stiprākiem mazulim var piedāvāt arī krūti, sākumā izspiežot pilīti pie-

na no mammas krūts gala. Tā bērniņš sajūt piena smaržu un garšu. Pirmajās reizēs mazuli apēd ļoti maz – 2 līdz 5 ml piena. Ļoti pamazām apēstā piena

daudzumu palielina. Mazākus bērniņus, kas zīst vēl nespēj, baro caur vēnu un zondi.

Iepazīstināšana ar nodaļā notiekošo

Medicīnas māsu darbs slimnīcā saistās tieši ar to, ka viņas ikdienā veic mazuļu aprūpi un mammām skaidro, māca un rāda, kā pareizi kopt savu bērnu. Virsmāsa stāsta: „Bieži vien bērniņš inkubatorā guļ, aplikts ar dažādiem vadiem. Uz punča ir pielīmēti trīs vadi, pie rokas vads, vēl ir caurulīte elpošanai... Tas viss vecākiem var izskatīties diezgan biedējoši, īpaši, ja apkārt pīkst aparāti. Skaidrojam, ko kurš vads nozīmē, kādos apstākļos tas var pīkstēt, kad ir pamats uztraukties, ar kuriem vadiem jābūt īpaši piesardzīgiem, bet kuri tikai monitorē situāciju. Stāstām par dažādajiem aparātūras signāliem, jo daži no tiem ir tikai brīdinājums personālam, piemēram, par to, ka ir beidzies piens, ko saņem mazulis caur zondi un perfuzoru.”

Laiks uz mājām

Bērni, kuru dzimšanas svars ir zem 1500 gramiem, guļ inkubatorā, kurā ir radīta vide, kas ir pēc iespējas līdzīgāka tai, kas ir mammas vēderā. Tajā ir silts, tumšs, kluss. Telpā, kurā ir inkubators, cenšas vairīties no sadzīvīskiem trokšņiem un skaļām sarunām. Kad bērna svars sasniedz vismaz 1500



gramu, viņu pārliet speciālā ūdensgultā ar silta ūdens matracīti. Kad mazulis jau spēj pats noturēt siltumu, viņu ieliek parastā gultiņā, un viņš ar mammu dzīvo vienā istabā.

Vidēji priekšlaikus dzimis bērns kopā ar mammu nodaļā pavada līdz pat 90 dienām. Mājās mazuliši dodas tad, kad paši

nepieciešams papildu skābeklis, vecāki tiek apmācīti, kā rīkoties ar zondi vai skābekļa balonu.

Ko var palīdzēt tētis

Tēva nozīme ir ļoti liela, jo viņš, pirmkārt, ir galvenais balsts mammai. Otrkārt, arī tētis ir bērna aprūpētājs. Nodaļā tēti parasti ierodas pēc darba, un tā ir iespēja

“Vidēji priekšlaikus dzimis bērns kopā ar mammu nodaļā pavada līdz pat 90 dienām.

spēj noturēt ķermeņa temperatūru, ēst un elpot, bet svars ir sasniedzis aptuveni divus kilogramus. Ja kādu veselības problēmu dēļ paredzams, ka bērns ilgi neēdīs pats, vai arī ir

mammai nedaudz atpūsties. Ja bērns ir vientuļajai māmiņai, tad iespēja iesaistīties aprūpē un apmeklēt slimnīcas nodaļu ir vēl vienai mammai tuvai atbalsta personai. **M**

* „Marte Meo” ir attīstību atbalstoša programma ikdienas komunikācijā. „Marte Meo” nozīmē ‘atgriezties pie saskarsmes pamatelementiem’.