

## Maminka, 26.8. 2013

### CO NAPOVÍ HMOTNOST

Kolik váží a měří, bývají nejčastější dotazy ihned za pohlavím a jménem právě narozeného miminka. Váha je totiž symbolem zdraví, síly, donošenosti. Je pravda, že rozpětí hmotnosti novorozence může být poměrně velké. To běžně se uvádí mezi 2800 až 4000 gramy. mat: Regina Rothová

**D**íky pečlivému sledování v průběhu celého těhotenství mají porodník i budoucí maminka poměrně jasnou představu, jak velké miminko se skrývá v děloze. Když je vše v pořádku a gravidita probíhá fyziologicky, jsou přírůstky váhy a délky plodu hrdé mamince hlášené (a zaznamenávané) při každé pravidelné prohlídce. A rozdíl jsou v průběhu devíti měsíců ohromné: po velikosti jahody v 8. týdnu, kdy embryo váží asi 3–4 gramy, dosahuje v 16. týdnu už 100–200 g, v polovině těhotenství kolem 280 g a postupně se blíží ke své „cílové“ porodní váze. Ta kromě výživy a celkového průběhu gravidity závisí i na genetických dispozicích rodičů. Ty se v plné síle projeví až v prvních měsících a letech života dítěte, porodní váhu spíše ovlivňuje mamčina životospráva a případné nemoci v průběhu těhotenství (například cukrovka může způsobit větší váhu miminka).

#### VĚTŠÍ JE KLUK? NENÍ PRAVIDLEM

Představa, že porodní váha souvisí s pohlavím dítěte, je zavádějící. Podle vrchní sestry Gynekologicko-porodnického oddělení Nemocnice Neratovice, Dity Schniererové, DiS., si na oddělení sice statistiku nedělají, ale podle bohatých zkušeností mají ověřeno, že se může narodit pětikilová holčička a několik minut po ní chlapeček s poloviční hmotností.

#### JAK SE VÁHA VYVÍJÍ V PRVNÍCH HODINÁCH A DNECH

Během prvních 48 hodin života novorozence jeho porodní váha poklesne asi o 10%. To je jev zcela běžný, přirozený a maminky se nemusí ničeho obávat. V této době ještě u ženy nastoupila laktace, miminko se adaptuje na život mimo dělohu a k tomu patří kromě jiných projevů i lehký pokles porodní hmotnosti. Druhý až třetí den po narození se postupně učí sát mateřské mléko, které se mamince tvoří, a úbytek váhy se zastaví. Porodní asistentky a sestry na oddělení šestinedělí pomáhají čerstvým maminkám s technikou kojení (dítě je přiloženo k prsu okamžitě po narození, nejpozději do půl hodiny po porodu, aby se vytvořil sací reflex a spustila tvorba mléka) a kontrolně převažují v pravidelných intervalech novorozená miminka. Pečlivě zaznamenávají do grafu vývoj hmotnosti, protože extrémní výkyvy směrem dolů mohou naznačovat závažné zdravotní komplikace a rizika. Ty se mohou vyskytnout i na straně maminky: někdy se z nejrůznějších důvodů (náročný porod, poporodní zranění,

operativně vedený porod, zánět prsní žlázy...) opoždí nástup laktace. Pak je úbytek váhy u novorozence vyšší.

#### STRES, ODMÍTÁNÍ PRSU

Kojení je sice nejpřirozenější způsob přijímání potravy a mateřské mléko nejdůležitější zdroj všech potřebných živin v prvních měsících života, ale zároveň se může stát noční můrou. Řada žen se velice bojí, že kojení nezvládne, že nebude mít dostatek mléka, že nebude umět své dítě nakrmit. Takto vyvolaný stres může dítětko z matky vycítit a skutečné krmení odmítat. Lavina se spouští. Pláč, vysílení a hlad ztěžují celou situaci a miminko nebude mít k sání dostatečnou energii. Maminka, už tak po porodu a kvůli hormonální bouři v organismu přecitlivělá, nemá k pláči daleko a vzájemné nepochopení a nesaoulad jsou na světě. V takovém případě je třeba citlivý přístup laktiční poradkyně nebo sestry na oddělení. Je důležité, aby žena odcházeła z porodnice rozkojená, v nové roli sebejistá. Dočasným řešením se může stát odšťavňování mateřského mléka a krmení dítěte alternativními způsoby (například stříkačkou či lžičkou), ale rozhodně kojení hned nezdávejte. Zvlášť když k tomu nejsou zásadní objektivní důvody.

#### PTEJTE SE, PTEJTE SE...

Maminky by se neměly stydět ptát, vždyť jsou ve své roli velice krátkou dobu a většinou poprvé. Zdravotní sestry na oddělení pomáhají s přebalováním, koupáním i další péčí o novorozence, zároveň sledují úbytky a posléze přibývání tělesné hmotnosti. Maminky si zapisují pečlivě po každém krmení, kolik jejich potomek vypil, zda už měl stolíčku, kolik plenek promočil za den. Všechny tyto ukazatele mají silnou výpovědní hodnotu, zda se stav novorozence vyvíjí obvyklým způsobem. Když miminko ztrácí váhu neustále, zdravotníci sledují příjem tekutin (buď množství mateřského mléka, nebo dokrmu), pravidelné vážení a kontroly jsou samozřejmostí.

#### KDY UŽ PŮJDEME DOMŮ?

Tato otázka hýbá oddělením šestinedělí. Zdravý donošený novorozenec odchází s maminkou obvykle čtvrtý den. Podmínkou je, aby se jeho váhový úbytek zastavil. Jako kontrola slouží převážení oproti předchozímu dni. Samozřejmě záleží i na porodní váze, ale miminko, které je propouštěno do domácí péče, musí dosáhnout minimální váhy 2 kilogramy (spíš o trochu více). Když má novorozenec ztížený vstup do života vyšším úbytkem váhy v prvních dnech, je na to upozorněn pediatri, který ho přebírá do péče (podrobně v propouštěcí zprávě). Na něm záleží, jakou péči bude dítěti věnovat. Obvykle se jedná o častější návštěvy poradny. ■



#### MAMINČIN ODBORNÍK

Dita Schniererová, DiS.,  
vrchní sestra  
Gynekologicko-porodnického  
oddělení Nemocnice Neratovice