

NOVOROZENEK / PŘIPRAVTE SE

PANIKA U POSTÝLKY



Při pohledu na spící křehké miminko rodiče zaplaví nekonečná láska a štěstí. Ale taky strach z představy, že jejich potomka ohrožuje nebezpečí. A úzkostné maminky vyděsí i zvýšená teplota nebo zakašlání. Kdy je skutečně čas jet rychle k vašemu lékaři? text: Regina Rothová

Výhodou (ale také nevýhodou) je často velmi rychlý nástup stejně jako odeznění obtíží. Mluvíme o běžných příhodách, život obvykle neohrožujících, jako je horečka, zvracení, průjem, bolesti břicha. U starších dětí, které už dokážou identifikovat místo bolesti (ukážou ochotně hlavičku nebo ouško, které je trápí) a jasně vyjádří alespoň mimikou, že není něco v pořádku, mají rodiče delší rozhodovací čas, jak nastat situaci vyhodnotit a kdy odjet případně do nemocnice na pohotovost. U novorozenců a kojenců je situace jiná a nepoměrně nesnadnější.

HOREČKA

Organismus právě narozeného dítěte je ještě v mnoha směrech nestabilní, nedokáže se s výkyvy teplot, nedostatkem tekutin a dalšími náhlými změnami v těle rychle a dobře vyrovnat. Proto je třeba pečlivě sledovat vývoj a včas dokázat zasáhnout. Každé zvýšení teploty lidského těla signalizuje, že není něco v pořádku.

Horečka sama o sobě není nemoc, ale příznak řady onemocnění. U novorozenců a kojenců do čtyř měsíců věku vyhledejte lékaře raději hned. Vysoká horečka (39–40 °C) může znamenat velké nebezpečí až ohrožení na životě. U starších kojenců můžete počkat, když dítě nemá žádné další dramatické projevy bolesti. Zpočátku snižte horečku podáním Paralelu nebo Brufenu a současně aplikací studených zabalů na hrudník. Končetiny zabalte do tepla, protože při vysoké teplotě selhává krevní oběh a ruce a nohy jsou studené. Také dobře pomáhá ponořit celé dítě do chladné vody anebo provést sprchu celého těla chladnou vodou a pak ho zabalit do tepla.

KDY VLASTNĚ MLUVÍME O HOREČCE

Teplota se někdy zvyšuje i po pouhé větší fyzické námaze nebo chybou při oblékání miminka (dítě se obyčejně přehřeje v kočárku...) a organismus okamžitě zareaguje obrannou akcí. Když teplota neklesá ani po 24 hodinách, je čas začít problém řešit.

Maminka, 1. 11. 2013

NOVOROZENEC / PŘIPRAVTE SE

Tělesná teplota musí být vyšší než 37,8 °C v ústech nebo 38,2 °C v konečniku. Počítejte s tím, že se hodnoty v průběhu 24 hodin mění. Ráno je teplota nejnižší a pozdě odpoledne nejvyšší. Tomu by měla odpovídat i ostrážitost rodičů při sledování stavu miminka. Horečka může být infekční a neinfekční. Viry se často nevyhnou ani kojeným dětem, takže zvlášť na podzim a v zimních měsících se může stát, že budou na vině horečky právě virová, nejčastěji respirační, onemocnění. U takto malých dětí musí léčbu vždy vyhodnotit a nasadit lékař, proto je jasné, že první cesta by měla vést do ordinace. Zvlášť když v případě bakteriálních infekcí je třeba nasadit léčbu antibiotiky, což je u novorozenců a kojenců nutné velmi pečlivě zvážit. Někdy se může objevit zvýšená teplota „bez příčiny“. Dítě je spokojené, pije a nejeví žádné známky obtíží. Rodiče netuší, co by za zvýšenou teplotou mohlo být. I v takovém případě je třeba konzultovat stav s lékařem. Horečka může signalizovat zánět v těle nebo některá imunologická onemocnění. U kojenců může naznačovat zánět močových cest, nastupující akutní zánět ledvin. Základním onemocněním je v takových případech vrozená vývojová vada (vezikoureterální reflux), kdy se vrací moč z močového měchýře zpátky do ledvin, což vede postupně k infekci močových cest.

ALARMUJÍCÍ PŘÍZNAKY PŘI HOREČCE ANEB KDY JE TŘEBA URYCHLENĚ VYHLEDAT LÉKAŘSKÉ OŠETŘENÍ

- opakované zvracení,
- ochablost dítěte, nereaguje na zvuky, běžná oslovení, mámin hlas,
- poruchy hybnosti,
- ztuhlá šíje,
- mramorovaná kůže (u novorozenců a malých kojenců může mít ještě také souvislost s nedozrálou termoregulací a nedostatečně zralou kůží),
- krvavé skvrnky na kůži (po zatlačení na jejich povrch sklenkou neblednou a nemizí),
- výrazně chladné ruky a nohy (u novorozenců opět může souviset s termoregulací),
- setrvalá teplota bez poklesu přes 39,5 °C měřená v podpaží po dobu 24 hodin.

K LÉKAŘI BEZPODMÍNEČNĚ JEĎTE

- vždy, když se vyskytne jeden z výjimečnějších příznaků
- když dítě málo pije
- je-li mladší tří měsíců věku!

FEBRILNÍ KŘEČE

Mohou se někdy objevit při vysoké horečce (obvykle ale u dětí starších, až přibližně od 6 měsíců věku). Tato horečnatá křeč je reakcí mozku na podráždění. Dráždění nervů vyvolává svalové křeče (často dědičné), které jsou ve chvíli záchvatu pro dítě nebezpečné. Dochází totiž ke ztrátě vědomí, může dojít k poruchám až zástavě dýchání. Prvními příznaky záchvatu je náhle ztuhnutí těla, potom se svaly na těle začnou rychle stahovat a zase napínat, takže dítě sebou nekoordinovaně škube a třese. Postižena může být část těla, ale i celé včetně obličejových svalů. Záchvat trvá několik vteřin až minut. Co dělat? Uložte pacienta na podlahu, nesazte se mu držet končetiny. Z postele by ratolest mohla v křečích spadnout. Okamžitě volejte lékaře (155). Každé dítě, které prošlo febrilní křečce, musí být vyšetřeno lékařem. Pokud upadne do bezvědomí, zajistěte volné dýchání (starší dítě položte na bok, nesazte se mu násilím otevřít ústa). Sledujte, zda nezvrací, protože zvratky musí odtékat ven, aby se malý pacient nezačal dusit. V okamžiku, kdy je dítě zajištěné a lékař na cestě, začněte potomka ochlazovat. Nejvhodnější jsou studené

PLÁČ NAZNAČÍ MNOHÉ

Pro novorozence a kojence je komunikačním prostředkem, kterým sděluje emoce a bolesti. Oznamuje hlad, žízeň, únavu, nepohodlí, ale samozřejmě i bolest. Bolestivý pláč na rozdíl od nespokojeného (ten může naznačovat i nedostatek kontaktu s maminkou nebo naopak příliš sociálních podnětů, přetíženost) dobře odlišíte. Je intenzivní, dlouhotrvající, ostrý, jakoby urputný. Nemění se, ani když miminko chováte, odmítá při něm vše: kojení, hračky, jakékoli vyrušení ze stereotypu. Často ho doprovázejí nepřirozené pohyby – kroucení, vykopávání nožkami, šermování rukama.

zábaly z mokrého prostěradla. Záchvat trvá krátce, ale vypadá děsivě. Nepodlehnete panice, ratolest není přímo v ohrožení života, když zajistíte její bezpečnost a pohlídněte základní životní funkce. Poté by měla být hospitalizována v nemocnici na pozorování a podstoupit některá vyšetření, která vyloučí závažná onemocnění mozku. Součástí je i EEG či vyšetření očního pozadí.

ZÁSTAVA DECHU, PORUCHY DÝCHÁNÍ

U nejmenších dětí je pro rodiče asi největším strachem syndrom náhleho úmrtí kojence SIDS (podrobný článek k tématu najdete na straně 90). Někdy ovšem mají novorozenci pouze krátkodobé výpadky dechu ve spánku. Více ohrožena jsou nedonošená miminka nebo čerství novorozenci. Pokud dojde k dechovým pauzičkám, tedy vynechání dechu, obvykle stačí stimulovat dítě posímráním a dech se obnoví. V takovém případě vynechání souvisí s prozatímním nevyzrálím dechového centra v mozku a stav se postupně upraví. Spíš je důležité si pauzičky všimnout a zareagovat. Pomocníky jsou podložky, které kontrolují dech a srdeční frekvenci malého spáče. Pokud k zástavě nebo jakémukoli problému s dýcháním dojde, okamžitě začněte s resuscitací a volejte lékaře. V případě, že máte jen podezření na zádrhele s dýcháním, navštivte lékaře také, protože jsou nutná vyšetření, která podezření vyvrátí nebo potvrdí. Neodkládejte odbornou pomoc, novorozenec kojenecká apnoe může souviset s mnoha potížemi. Někdy doprovází právě probíhající infekci, plicní a srdeční onemocnění, svalové onemocnění, epilepsii, vrozené vývojové vady (například špatně vyvinuté dýchací cesty), genetické poruchy, gastrozofageální reflux.

PRVNÍ POMOC U NOVOROZENCŮ A KOJENCŮ

- Zjistíte, zda je dítě v bezvědomí.
- Zavolejte rychlou pomoc.
- Zprůchodněte dýchací cesty (vyndáte zapadlý jazyk, vytřete zvratky, případně cizí tělesa), zjistíte, zda potomek dýchá. Když je promodralý a bez dechu, je třeba okamžitá reakce.
- Zahájíte resuscitaci: nadechnete se a sevřete svými rty ústa i nos kojence, vdechujete vzduch pomalu, během 1–1,5 sekundy, současně do nosu i úst dítěte a sledujete zvedání hrudníku. Celý cyklus se opakuje až pětkrát, abyste dosáhli alespoň dvou účinných umělých vdechů, kdy se hrudník zvedá a klesá jako při dostatečném spontánním dýchání. Následuje stlačování hrudníku uprostřed, dvěma prsty. Frekvence stlačení je 100–120x za minutu do hloubky třetiny předozadního průměru hrudníku.

BLINKÁNÍ VERSUS ZVRACENÍ

U novorozenců a kojenců je blinkání či ublinkávání velmi časté a většinou naprosto fyziologické. Trávící ústrojí je ještě nezralé,

maminka

Maminka, 1. 11. 2013

takže bolení břicha a další zažívací potíže nejsou nic neobvyklého a v přiměřené míře rozhodně ne důvodem okamžitě jezdit na pohotovost nebo do nemocnice. Při správném odřihnutí dítě často „odloží“ část mléka na mámino rameno. Tím se zbaví napolykaného vzduchu a přebytku potravy. Nebezpečí signalizuje, když kojeneček po krmení zvrací oblokem velké množství, odmítá pít víc než tři hodiny od předchozího krmení, kdy vše vyzvracel, má suchou plenuk víc než šest hodin.

VÍTE, JAK POZNÁTE DEHYDRACI?

- dítě má suché sliznice (rty, jazyk, dutinu ústní),
- má tmavou, koncentrovanou moč (a není výrazný nedostatek),
- má zapadlou fontanelu,
- propadlé oči,
- je nepřirozeně ospalé a apatické.

LÉKAŘE VOLEJTE NEBO JEĎTE NA POHOTOVOST V PŘÍPADĚ, ŽE...

- kromě zvracení má miminko i průjem a teplotu víc než 24 hodin,
- vypitou tekutinu okamžitě vyzvrací,
- po krmení zvrací oblokem i malé množství mléka,
- zvracení se objevuje víc než jednou denně,
- připadá vám nemocné, není „ve své kůži“.

PRŮJEM

U kojence nesmíte zaměřovat klasickou řídkou průjemovou stolicí s polotekutou konzistencí plně kojenečního dítěte. Akutní průjem způsobují bakterie a viry, především rotaviry. Ty se šíří velmi rychle a napříč věkovým spektrem, překonávají hygienická opatření, takže se může snadno nakazit i úplně malý kojeneček. Vir překoná obranný systém trávicí trubice, dostane se do tenkého střeva a způsobí zánět na sliznici. Průběh onemocnění rotavirovou infekcí se liší – u kojenečků dětí je naštěstí mírnější. Přesto vás může zaskočit silná bolest břicha u miminka, přidat se může zvracení, odmítnutí pít, někdy horečka. Hrozi dehydratace, proto je někdy u těžšího průběhu nutná hospitalizace dítěte. Při akutním průjmu dochází ke ztrátě tekutin a soli, takže kojte dál bez přerušování, jen dodávejte další tekutiny (vodu, kojenečský čaj, vše na základě konzultace s lékařem). Rozhodně tento stav v akutní fázi vyžaduje u nejmenších dětí spolupráci s lékařem a návštěvu zdravotnického zařízení. Dlouhodobý průjem může souviset s řadou nemocí, například celiakií, cystickou fibrózou. Při každém podezření konzultujte stav svého potomka s pediatrem, ale není nutné volat okamžitou pomoc, stačí navštívit lékaře v běžných ordinčních hodinách (do té doby si zapisovat frekvenci a množství stolic), on případně navrhne vyšetření a konzultaci se specialisty.

MOMENTY, KTERÉ NEPODCEŇUJTE

Neváhejte s okamžitým přivoláním lékaře nebo odjezdem na pohotovost, když je dítě apatické, bledé nebo naopak přehnaně zarudlé, má křeče, silně zvrací, na dotek na břichu výrazně reaguje pláčem či křikem, má potíže s dechem, dusí se, chroptí. Pokud nebydlíte v dosahu zdravotnického zařízení, je rychlá zdravotnická pomoc první a nejlepší volbou. Nestyďte se, že voláte pomoc zbytečně, čas je drahý. Mějte připravenou veškerou zdravotnickou dokumentaci potomka, aby se přivolaný lékař mohl orientovat v jeho zdravotním stavu. Jestli se váš kojeneček s něčím léčí, byl už s podobným problémem hospitalizován, informujte o tom lékaře, můžete urychlit řešení situace. Jedině včasný a odborný zásah může být účinný. K případné hospitalizaci budete přijata spolu s miminkem. Budete informována o postupech léčby. ■