

# PZNÁVEJ SVÉ DÍTĚ

Rádce nejen pro maminky



**uh+**nemocnice

Kolektiv pracovníků stanice novorozenců dětského oddělení  
Uherskohradištské nemocnice a. s.



# VÍTEJ NA SVĚTĚ

## PORODNICE UHERSKÉ HRADIŠTĚ

## MILÁ MAMINKO A TATÍNKU,

vítáme Vás v porodnici Uherskohradištské nemocnice  
a blahopřejeme Vám k narození vašeho děťátka.

Právě v rukou držíte své novorozeňátko, možná miminko  
klidně oddychuje v postýlce, nebo se chystá usilovně plakat ...

### A VY SE ZAČÍNÁTE PTÁT

**Budu ho umět nakojit? Budu mít dostatek mléka?**

**Jak mu porozumím, co znamená křik, jak zvládnu péči  
o miminko doma, jak ho mám pochovat a co mám vlastně  
udělat, aby bylo zdravé a spokojené?**

**Dovolte, abychom Vám poskytlí několik rad.**

### Důležité kontakty:

Vedoucí lékařka novorozeneckého oddělení,  
primářka: MUDr. Irena Baroňová

**Neonatologická poradna:** tel. 572 529 671  
**Laktační poradenství:** Mgr. Petra Půčková,  
tel. 603 100 823, omelka@nemuh.cz

**Pohotovost pro děti a dorost:**  
(budova D, 5. patro, ambulance dětského oddělení):  
tel. 572 529 606  
Po–Pá: 17–22 hodin  
So, Ne a svátky: 8–20 hodin

**Ambulance praktického lékaře pro děti a dorost**  
Kojenecká poradna, preventivní prohlídky, povinná  
očkování (hrazená ze ZP), nepovinná očkování,  
konzultace a potvrzení. tel. 572 529 606



[www.nemuh.cz](http://www.nemuh.cz)



## KOJENÍ - VŠE, CO POTŘEBUJETE VĚDĚT

*Milé maminky, moc Vám gratuluji k narození dítěta a věřím, že uděláte vše pro to, abyste mu daly to nejlepší. Příroda dala ženě dar – schopnost kojit. Kojení ale není samozřejmostí a správná rada ve správnou chvíli může tuze pomoci a vysvobodit z bludného kruhu, který končívá předčasným odstavením dítěte. Ať Vám následující řádky pomůžou najít tu správnou radu ve správnou chvíli. Ať je Vaše miminko spokojené a roste do krásy. Ať je všechno, jak má být.*

**Mgr. Petra Půčková**  
dětská sestra, laktační poradkyně

Mateřské mléko je jednoznačně nejdokonalejší potravina pro kojenecký věk. Obsahuje všechny potřebné živiny v ideálním poměru pro rostoucí organismus Vašeho dítěte. Výlučné kojení prvních šest měsíců života je nejlepším způsobem výživy. Plně kojene dítě nepotřebuje žádnou jinou tekutinu. Druhý půlrok je ve znamení postupného zavádění nemléčných příkrmů. V tomto věku, ale i později do dvou let, přináší kojení nesporné výhody pro dítě i pro matku.

### SLOŽENÍ MATEŘSKÉHO MLÉKA

Složení mateřského mléka přesně odpovídá potřebám adaptujícího se

novorozence. Mění se v průběhu prvních dnů (KOLOSTRUM – PŘECHODNÉ – ZRALÉ), v průběhu jednoho dne, ale i v průběhu jednoho kojení. NEEXISTUJE MLÉKO ŘÍDKÉ, VODNATÉ, MÁLO SILNÉ...

Počáteční mléko, kterému se také říká mlezivo či kolostrum, se tvoří již od konce těhotenství. Při kojení se ho vylučuje velmi malé množství, a tak si maminky mnohdy mylně myslí, že ještě žádné mléko nemají. Kolostrum však obsahuje velké množství bílkovin, převážně imunoglobulinu A (IgA), jehož funkcí je chránit střevní a žaludeční sliznici před proniknutím cizorodých látek, lysozymu, který má schopnost narušovat bakteriální stěnu a tím ničit škodlivé bakterie, a laktoferinu, který váže železo z potravy a tím udržuje jeho stálou hladinu v těle. Dále obsahuje vitamíny a minerální látky, proto je tak důležité, aby bylo kojení zahájeno co nejdříve po porodu.

**Mezi druhým a třetím dnem** po porodu začne matka pociťovat teplo a stoupá napětí v prsou, v průběhu dalších dvanácti hodin se překrvení a otok přemění na přechodné mléko. Zpočátku dítě přikládáme k oběma prsům při jednom kojení, aby stimulace hormonů a množství vypitého mléka bylo co největší.

**Koncem druhého týdne** se vytváří již mléko zralé a je důležité, aby se dítě dostalo i k tzv. zadnímu mléku, které je bohaté na tuk, a proto říkáme, že je na „hlad“. Přední mléko je naopak bohaté na cukr – laktózu, říkáme, že je na „žízeň“.

### JAK BUDE KOJENÍ VYPADAT DÁL PO PRVNÍM PŘILOŽENÍ

Pokud je miminko v pořádku, první přiložení k prsu by se mělo odehrát do hodiny až dvou po porodu. I toto první přiložení k prsu má být provedeno správně a pokud možno s pomocí poučené osoby. Nemělo by se odehrávat ve spěchu. Dítě by se nemělo nutit k přisátí násilím. Vše má probíhat v klidu. Dítě, které po prvním přiložení klidně a spokojeně pije, má nejlepší podmínky pro dokončení rozsáhlých změn, nutných pro úspěšný přechod k samostatné existenci mimo tělo matky.

Přisátí se nemusí podařit napoprvé, ale s mírnou pomocí dětské sestry se to na několik pokusů podaří. Trpělivost je zde namístě. Pokud se dítě do hodiny dvou nepřisaje, neprojevuje o prs zájem, znamená to většinou, že není (alespoň prozatím) všechno v pořádku a takovému dítěti je potřeba věnovat zvýšenou pozornost.

V následujících hodinách a dnech je důležité přikládat dítě, kdykoliv projeví zájem, nejpozději po třech až čtyřech hodinách. Přikládáme k oběma prsům. Prsa je možné několikrát v průběhu kojení vystřídat.

Kojit je třeba i v noci. V noci je tvorba hormonů prolaktinu a oxytocynu vyšší než ve dne. Není nutné dodržovat přesné intervaly mezi kojeními. Není nic divného, že během hodiny je dítě přiloženo dvakrát, třikrát.

**Dítě má několik dalších důvodů, proč se pláčem nebo neklidem „domáhá“ přiložení k prsu.** Někdy to ani přiložení nemusí být, dítě uklidní přítomnost matky, její tělesná blízkost.



Typickým příkladem je škytavka, stačí několik polknutí a dítě ji ztratí. Jiným důvodem může být bolest břicha. Nepříjemný pocit v průběhu pohybu trávené stravy ve střevech dítěte se často vyřeší několika doušky vypitého mléka. Polknutím se totiž „spouští“ postupný organizovaný pohyb střev, který vede nakonec k odříhnutí, k odchodu plynů, nebo jen posunutí tráveniny přes „obtížné“ místo.

## PŘÍKLÁDÁNÍ V PRVNÍCH DNECH

Mléko, které se tvoří již před porodem, zůstává v prsou v různém množství. První až druhý den se nazývá mlezivo neboli kolostrum. Vzhled mléka je v této době natolik rozdílný, že jej matky ani za mléko nepovažují. Je průhledné, husté, skoro jako vaječný bílek. Jeho význam je obrovský, nejen pro výživu dítěte, ale také pro jeho ochranu. Stačí ho i nepatrné množství, klidně několik mililitrů.

Matky se obávají, že malé množství novorozenci k výživě nemůže stačit, ale opak je pravdou. Příroda zajistila nejen výživu, ale i nutné množství vody zásobami, které si zdravý novorozenec přináší na svět. V prvních dvou až čtyřech dnech ze zásob sice část ztratí, což se projeví úbytkem na váze, ale to je nutné a správné. Kromě toho novorozenec ztrácí v prvních dnech veškerou stoličku, tzv. smolku, nahromaděnou ve střevech za celý pobyt v děloze. Po celou dobu močí, často první den i blinká.

Pokud vše probíhá bez komplikací, dítě si stálým kontaktem s matkou, kdy může

neomezenou dobu strávit u jejího prsu, zásoby obranných látek a živin kojením neustále doplňuje. Koncem druhého a třetího dne se prsy začínají „nalévat“, jsou citlivé a horké, těžknou. Zpočátku nabydou prsy na objemu překrvením a otokem tkání, tvořících mléko. Tento stav trvá obvykle dvanáct až dvacet čtyři hodin a potom je již matka schopna trochu mléka prsty vystříkat.

## TECHNIKA KOJENÍ

Každá dvojice si musí vytvořit vlastní techniku kojení, která oběma vyhovuje. Děti se liší tvarem obličeje, hlavně brady, pohyblivostí jazyka, chutí k jídlu, temperamentem. Ovšem přes různé rozdíly má technika kojení svá obecná pravidla, která je třeba používat, aby bylo kojení pro dítě efektivní a pro matku příjemné.

Matka by měla zvolit takovou polohu, kterou jí momentální stav umožňuje a je natolik pohodlná, že se může uvolnit. **Napětí ramenních svalů a svalů mezi lopatkami je spojeno se sníženým uvolňováním mléka!**

Zásadou je přizpůsobovat polohu dítěte matce, nikoliv polohu matky poloze dítěte.

## Hlavní zásady správné techniky kojení:

- Matka zaujímá uvolněnou polohu. Vleže na boku má matka podepřenou hlavu polštářem tak, aby se vyrovnala s ramenem. Nemá se opírat o loket ani příliš zvedat rameno. Vsedě má

matka uvolněnou polohu, je opřená v zádech a dítě spočívá na jejím hrudníku, matka nedrží jeho váhu na rukou a dítě nesklouzává ke špičce bradavky. **Dítě má podložené, přidrží je za raménka a krček, nikoliv za hlavu.** Nedotýká se hlavy nad spojnicí uší. **Každá vynucená poloha má za následek zhoršené uvolňování mléka.**

- Tělo dítěte je v těsném kontaktu s tělem matky. Břicho se dotýká břicha, mezi matkou a dítětem není žádná překážka, **spodní ručka dítěte, zavinovačka atd.**
- **Matka nabízí prs na dlani s prsty pod ním a palcem nad dvorcem a bradavkou tak, aby dítě mohlo vzít do úst většinu dvorce.**
- Brada, tvář, nos se dotýkají prsu. Někdy musí matka kvůli kontaktu obličeje dí-

těte s prsem tisknout prs směrem k dítěti. Lehce zakloněná hlava nebrání dítěti v dýchání ani při „zabořeném“ nosu.

- Ústa dítěte jsou široce otevřená, jazyk je vysunutý přes dolní dásně, brada je vtisknuta do tkáně prsu, oba rty jsou ohrnuty ven.
- Zpočátku saje dítě rychlými pohyby, po chvíli se rychlost zpomalí a dítě začne polykat. **Neklid dítěte u prsu nejčastěji znamená chybu v technice kojení.**
- Tkáň prsu se před ústy nenapíná.
- Kojení nesmí matku bolet, **bradavka není po kojení odřená ani zploštělá.**
- Zvláštnosti tvaru obličeje dítěte (malá brada, vysoké patro) a tvaru prsů a bradavek je potřeba vyrovnávat přizpůsobením techniky kojení.

inzerce

LA ROCHE POSAY  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

DERMOKOSMETICKÁ ZNAČKA  
DOPORUČOVANÁ DERMATOLOGY  
V ČESKÉ REPUBLICE\*

## NEJLEPŠÍ PÉČE O POKOŽKU PRO MIMINKA

1. KROK ČISTĚNÍ  
LIPIKAR AP+ SYNDET

2. KROK HYDRATACE  
LIPIKAR AP+M BALZÁM

CICAPLAST B5+ BALZÁM

\*Studie provedená společností IOVIA, listopad–prosinec 2023. Česká republika, 90 dermatologů odpovídalo na otázku: Kterou dermocosmetickou řadu (značku) přípravků doporučujete svým pacientům celkově nejčastěji?

# KOJENÍ

Po každém kojení je vhodné vymáčknout kapku mléka a nechat na bradavce zaschnout. Prsy se před kojením neumývají! Není vhodné při celkové hygieně používat aromtická mýdla a deodoranty. Nepoužívejte na bradavky aromatické masti, oleje a vodičky. Dětem nevoní a nechutnají.

## POLOHY PŘI KOJENÍ

Je důležité, aby maminky znaly všechny polohy při kojení. Matka může měnit jednotlivé polohy v průběhu dne.

Střídání poloh přináší jisté výhody. Pokud žena nedrží dítě pokaždé stejně, jeho jazyk a dásně nezatěžují tkáň bradavky vždy na stejném místě. Brada dítěte masíruje prs v jeho různých částech a všechny mlékovody jsou vyprazdňovány stejnoměrně.

## POLOHA VLEŽE

- matka i dítě leží na boku
- matka má polštářem podloženou pouze hlavu tak, aby se vyrovnala poloha hlavy s výší ramene
- v zádech je lehce prohnutá dozadu
- dítě leží v ohbí paže
- matka se nesmí opírat o loket, ani horní končetina nesmí být zdvižena nad úroveň ramene



POLOHA VLEŽE



POLOHA VSEDE

## POLOHA VSEDE

- hlava dítěte leží v ohbí paže matky
- předloktí matky podpírá dítěti záda
- prsty matky spočívají na hýždích nebo stehýnku výše umístěné dolní končetiny dítěte
- druhou rukou matka přidržuje prs
- spodní ruka dítěte je kolem pasu matky
- chodidla matky podpírá stolička



FOTBALOVÉ BOČNÍ DRŽENÍ

## FOTBALOVÉ BOČNÍ DRŽENÍ

- je vhodné pro ženy s velkými prsy nebo plochými bradavkami či po císařském řezu
- dítě leží na předloktí matky, která rukou podpírá ramínka dítěte

- prsty podpírají hlavičku dítěte
- nožky dítěte jsou podél matčina boku
- chodidla dítěte se nesmí o nic opírat
- předloktí matky je podepřeno polštářem

## POLOHA TANEČNÍKA

- poloha vhodná pro nedonošené děti nebo pro děti, které se špatně přisávají
- dítě leží na matčině předloktí
- ruka podpírá prs těžší strany



POLOHA TANEČNÍKA



POLOHA TANEČNÍKA

## POLOSEDĚ S PODLOŽENÝMA NOHAMA

- vhodné zejména pro matky po císařském řezu
- dítě leží v ohbí paže nebo na předloktí paže matky
- polštář na břichu matky brání tlaku dítěte na jizvu
- polštář pod koleny podpírá dolní končetiny matky



POLOSEDĚ S PODLOŽENÝMA NOHAMA

## VLEŽE NA ZÁDECH

- vhodné pro ženy po císařském řezu a děti, které se špatně přisávají
- matka může dítě k prsu přesouvat bez většího úsilí a tlaku na jizvu

## VZPŘÍMENÁ VERTIKÁLNÍ POLOHA

- vhodná pro děti nedonošené a děti s malou bradou
- matka jednou rukou drží dítě, druhou prs
- dítě sedí obkročmo na levé dolní končetině matky
- její pravá ruka podpírá hlavu a krk spolu s tělem dítěte
- levá ruka matky podpírá prs z téže strany
- při kojení z pravého prsu jej podpírá pravá ruka, levá podpírá dítě

## KOJENÍ DVOJČAT

- kojit obě děti současně
- lze volit různé polohy: boční fotbalové držení, kojení vleže, poloha do kříže, paralelní poloha
- každé dítě může mít svůj prs

## ZAČÁTEK TVORBY MLÉKA A JEJÍ KOMPLIKACE

Mezi druhým a třetím dnem začne matka pociťovat teplo a stoupající napětí v prsou. Ta se zvětšují, nalijí se a zhruba v průběhu dalších dvanácti hodin se překrvením a otok přemění v mléko. Projevuje se tím, že dítě začne pít větší dávky a větší množství mléka lze i odstříkat. Míra nalití je různá, kolísá od matky k matce.

## BIO MĚSÍČKOVÁ PÉČE JIŽ OD NAROZENÍ

Balzám na bradavky

99% z hodnocení na webu heureka.cz

„Doporučuji pravidelné používání ihned po porodu, než si bradavky přivyknou na časté kojení. Začátek pro mě byl bolestivý a tento krém mi pomohl bradavky regenerovat. Doporučuji si ho vzít s sebou už do porodnice. Případně začít mazat i v období před porodem. Dlouho vydrží, stačí ho malinko.“

Ověřená zákaznice  
100% ★★★★★

WELEDA  
Mama  
Balzám na bradavky  
25g e

inzerce

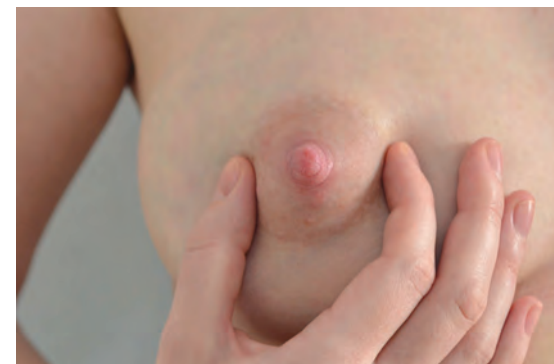
## ODSTRÍKÁVÁNÍ

Kdy odstříkávat:

- při nadbytku mléka
- při retenci (zadržování mléka)
- pro vytvarování bradavky a dvorce
- v situaci, kdy matka nemůže kojit

### Jak postupovat při odstříkávání mléka?

Dvorec prsu je třeba shora i zespodu uchopit mezi špičku palce a špičku ukazováku tak, aby prsty tvořily písmeno C. Spojnice



špiček obou prstů má procházet bradavkou. Velký nebo příliš nalitý prs je vhodné podložit dlaní druhé ruky a pozdvihnout. Nyní je třeba celý prs přitisknout zbylými prsty a dlaní k hrudníku. Bradavku s dvorcem je třeba rytmicky stlačovat tak dlouho



až mléko začne odkapávat. Nasměrování tlaku špiček prstů k bradavce se mléko dostává ze sinusů ven a matka je zachytává do čisté nádoby.

Tento trojdobý pohyb se opakuje. Pozice prstů na dvorci lze měnit a ovlivňovat rovnoměrné odstříkání mléčné žlázy.

Prsty nesmějí bradavku vytažovat dopředu, opouštět dotyk s kůží a třít ji, aby se neodřela. Aby se odstříkání usnadnilo, a zvláště jsou-li prsa už hodně nalitá, je třeba vyvolat spouštěcí reflex masáží.

Začíná se od vnějšího okraje (základu) prsu drobnými krouživými pohyby a mírným tlakem špiček prstů a postupuje se po malých úsecích po celé ploše prsu směrem k bradavce. Další způsob je plošná masáž mírným tlakem na prs mezi oběma rukama od hrudníku ke špičce prsu.

Pokud je mlékem prs a zvláště dvorec přeplněn, odstříkává se bezprostředně před kojením, aby dvorec změkkl a dítě se mohlo snadněji přisát. Pokud se mléko odstříkává pro dítě, které nemůže sát přímo z prsu, odstříkává se každé dvě až tři hodiny ve dne i v noci.

Těsně před odstříkáváním se osvědčuje prohřát prs teplou vlhkou žínkou nebo vodou.

Oteklé a nadměrně nalité prsy je nejlépe po kojení zchladit studeným obkladem, což přináší matce úlevu. Množství mléka se v průběhu kojení mění. Tvorbu a hlavně uvolňování mléka snižuje bolest, napětí a stres.



## POZDNÍ NÁSTUP LAKTACE

Některé maminky, přestože poporodní období probíhá nekomplikovaně, začnou pociťovat nalití prsů později než koncem třetího poporodního dne. Tento tzv. pozdní nástup tvorby mléka se dostaví někdy později než týden po porodu.

Do té doby je třeba zajistit energetické požadavky dítěte, ovšem jen do jisté míry a alternativním způsobem. Část maminek zažije několik nepříjemných hodin na přelomu druhého a třetího dne po porodu v obavách o dostatek mléka, s neklidným plačtivým dítětem, vyžadujícím nepřetržitý pobyt u prsu. U každé maminky je to individuální a je velmi důležitá psychická podpora a povzbuzení.

## ALTERNATIVNÍ ZPŮSOBY KRMENÍ

### Krmení po prstu

Dítě držíme ve svislé poloze proti sobě. Ukazovák vsuneme do úst dítěte po polovinu druhého článku tak, aby nehet směřoval k jazyku. Prst směřuje na patro, kde je sací bod, po jehož podráždění začne dítě sát. Naplníme stříkačku mlékem, necháme malou vzduchovou bublinu a stříkačku přiložíme k prstu.



### Krmení cévkou u prsu

Při této metodě dítě saje prs a tím stimuluje tvorbu mléka, přičemž je mléko přiváděno cévkou napojenou na stříkačku. Plastická cévka je napojena na stříkačku s mlékem, druhý konec je připevněn k prsu. Dítě dostává mléko ze stříkačky i z prsu.



# NEWBORN FOCENÍ V BORŠICÍCH



mrkni na web

Alena Hornáková  
Boršice 440  
774 246 244  
alena.hornakova.cz

inzerce

ACT  
FOR  
BABIES

## POKYNY PRO SPRÁVNÝ TVAR HLAVIČKY KOJENCE A JEHO POHYBOVÝ VÝVOJ



v období od 1. týdne do 3. měsíce

### Správné polohování

Dítě balte do měkké zavinovačky nebo nechte ležet na měkčí podložce. Pro spánek je také vhodné měkké prostředí.

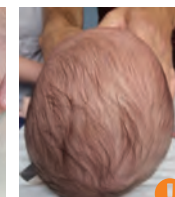


### Kontrola hlavičky

Pravidelně kontrolujte tvar hlavičky dítěte. Při podezření na asymetrii kontaktujte fyzioterapeuta se specializací na kojence a batolata.



Správný tvar hlavičky



Zploštělá hlavička

### Během dne polohujte dítě na bříško

Během návěku pohybových vzorů dítě leží na pevné podložce.



Poloha na bříše  
„pasení koníčků“

### Hlavičku polohujte v měkkém polštářku



ACT  
FOR  
BABIES

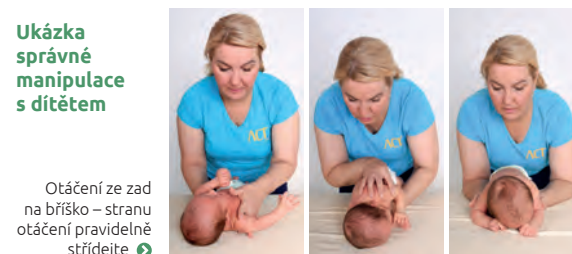
POLOHOVACÍ POLŠTÁREK  
PRO  
MIMINKA

shop.act-method.com



### Stimulujte otáčení hlavičky

V poloze na bříše a na zádech stimulujte dítě hračkami, aby otáčelo hlavičku na obě strany.



### Ukázka správné manipulace s dítětem

Otáčení ze zad na bříško – stranu otáčení pravidelně střídáte

### Kojte nebo krmte dítě z obou stran



### Pro odříhnutí střídejte ramena



# MonPeri

MonPeri není jen plena,  
je to péče o dítě

Je jim jen pár dní a už Vám  
dokázaly změnit život...

Dejte jim od začátku to nejlepší

právě teď výhodná cena

slevový kód: porodnice-uh20



Kód platí pouze na výrobky MonPeri a nevztahuje se na akční a jinak cenově zvýhodněné zboží.

[www.monperi.cz](http://www.monperi.cz)



ekologicky šetrné dětské pleny | vlhčené ubousky | absorpční podložky

2024 © ACT centrum s.r.o.



Dělám pro své  
**miminko**  
to nejlepší,  
co mohu?

**Rodičovství s sebou  
přináší mnoho otázek.**

O lahvi NUK Perfect Match  
ale pochybovat nemusíte.

**NUK Perfect Match**

Láhev, která se přizpůsobí  
vašemu miminku.



Novinka

www.nuk.cz



nuk\_ceskairepublika



nukczsk

VICE INFORMACÍ



NUK

inzerce

BIO MĚSÍČKOVÁ PÉČE  
JIŽ OD NAROZENÍ

WELEDA  
baby

Měsíčkový  
kojenecký  
krém na zadeček

“ Je to nejlepší krém na dětskou  
prdelku. Zadeček je pořád  
krásně jemný. Lituji, že jsem  
tento krém nepoužívala  
u prvního miminka. ”

Maminka Michaela  
100% ★★★★★

97%  
ze 198 hodnocení  
na webu heureka.cz



# OTÁZKY A ODPOVĚDI

**PROČ RUČNÍ ODSTŘÍKÁVÁNÍ,  
KDYŽ JSOU NA TRHU PERFEKTNÍ  
ODSÁVAČKY?**

Ano, na trhu jsou kvalitní odsávačky a jejich používání je velmi praktické, ale metoda ručního odstříkání dokáže vyřešit nejednu problémovou situaci při kojení. Technika ručního odstříkání učí maminky správně vytvarovat bradavku před kojením, uvolnit dvorec v situaci, kdy jsou prsy „nalité“.

**PRSA JSOU NALITÁ,  
POMŮŽE KLOBOUČEK?**

**BOLESTIVÉ NALITÍ PRSŮ**

Překrvení a otok prsu včetně bradavky a dvorce nejenže nedovolují svojí velikostí dítěti přisátí, ale ani tok mléka ze žlázy směrem k dvorci není otokem stlačenými mlékovody snadný. Odstříkávat mléko nejde, prsa bolí a obava, že dítě nebude mít „co jíst“ matku stresuje. Pomůže trpělivost a několikahodinové přikládání studených obkladů, které jsou příjemné a přináší úlevu. Oteklý dvorec je třeba před kojením zformovat tlakovou masáží do tvaru, který dítě může vzít do úst, a pokračovat v přikládání. Použití kloboučku pro tuto situaci je nevhodné a obvykle nic neřeší. Tok mléka je narušen již v průběhu mléčných kanálků a přes

klobouček nic nebo máloco teče. Odstraněním otoku dvorce masáží se mlékovody zbaví tlaku zvětší a mléko začne proudit k bradavce ve větším množství. Podpora za této obtížné situace je nezbytná, dokáže rozptýlit nejistoty, úzkost a obavy matky!

**PŮJDU NA ODSÁVAČKU,  
AŽ MÁM MLÉKO DŘÍV!**

Dvoufázová odsávačka je perfektní vynález a určitě pomohl nejedné mamince zvýšit tvorbu mléka. Ale je zapotřebí dodržovat určitá pravidla. První dva dny se má maminka soustředit na správné přikládání a sání dítěte, a pokud dítě pravidelně a efektivně saje, je využití stimulační odsávačky naprosto zbytečné. Mléko nebude rychleji! Ve všech doporučeních je využívána odsávačka u matek, které mají nějaký problém. Ať už je to velmi spavé dítě, ploché bradavky, dítě v inkubátoru atd.

**PROČ SE TVOŘÍ ODŘENINY (RAGÁDY)?**

**PROBLÉMY S BRADAVKAMI**

Nejčastější příčiny vzniku:

- Dítě je špatně přikládáno k prsu, má problémy se správně přisát nebo saje jen špičku bradavky.

- Žena tlačí prstem na prs, aby uvolnila nos dítěte, a bradavka může dítěti vyklouzávat ven z úst.
- Dítě má krátkou uzdičku jazyka a tím dochází ke špatné pohyblivosti jazyka.
- Žena má příliš nalitá prsa a dítě se nedokáže správně přisát.
- Žena odtahuje dítě od prsu, aniž by uvolnila sací vakuum.
- Pokožka prsou je vlhká vlivem nesprávné péče.

#### Účinná léčba:

- **Nepřestávat kojit!**
- **Kojit často, aby dítě nebylo příliš hladové a bradavku neuchopovalo příliš silně.**
- **Střídat různé polohy při kojení, aby se bolavé místo šetřilo.**
- **Před kojením provést masáž prsu a prsa nahřát teplými obklady - mléko se lépe uvolňuje.**
- **Dítě přikládat nejdříve ke zdravému prsu, a když už mléko teče, vystřídat prsa a přiložit k bolavému.**
- **Po kojení nechat na bradavce zaschnout trochu mateřského mléka a prsa co nejčastěji větrat volně na vzduchu.**
- **Vhodná mast Bepanthen, Purelan, Weleda Mama.**

#### VPÁČENÉ BRADAVKY, PŮJDE TO?

#### PLOCHÉ NEBO VPÁČENÉ BRADAVKY

Pro ženu, která má ploché nebo vpáčené bradavky, může být začátek kojení velmi náročný. O vpáčené bradavky se jedná tehdy, pokud se bradavka po podráždění nenapřímí, nebo se vtáhne dovnitř. Ženy, které mají vpáčené bradavky, by měly nosit zhruba od 6. měsíce těhotenství formovače bradavek, které pomohou upravit jejich tvar. Formovače je možné nosit i v době po porodu, mezi kojeními.

#### Řešení této situace:

- **Doporučuje se kojit často, již od porodu, ještě než se prsa nalijí. V tuto dobu je pro dítě jednodušší, naučit se uchopit bradavku správně.**
- **Mezi kojeními by žena měla používat formovače bradavek.**
- **Před kojením je vhodné odstříkat trochu mléka, aby dvorec změkkl.**
- **Důležité je, aby matka od začátku ovládala správnou techniku kojení.**
- **Maminka také může vyzkoušet vytáhnout bradavku pomocí stříkačky. Konec, kde je kónus stříkačky se odstříhne, píst se vloží do tohoto konce a stříkačka se přiloží na dvorec koncem, kde byl původně zasunut píst. Jemným tlakem za píst se pak maminka pokusí vytvořit podtlak a bradavku povytáhnout. Toto je možné opakovat před kojením dítěte.**

- **Doporučuje se příčná poloha při kojení.**
- **Použití kojícího kloboučku se doporučuje jako úplně poslední možnost u dítěte, které se nenaučilo uchopit vpáčenou bradavku, a jenom po dobu nezbytně nutnou.**

#### JAK KOJIT PŘI RETENCI?

#### UCPANÝ MLÉKOVOD A RETENCE MLÉKA

Retence mléka znamená, že se mléko tvoří, ale nemůže odtékat, jelikož mlékovod ucpala nějaká překážka, například zaschlé mléko. Na prsu se objeví bolestivé, ztuhlé místo. Někdy tento stav doprovází vysoká teplota a začervenání kůže prsu. Ucpaný mlékovod může být způsoben chybami v technice kojení, omezováním kojení, kdy se jeden prs dostatečně nevyprázdní, nebo nosí-li matka příliš těsnou podprsenku. Další častou chybou je, odtahuje-li matka tkáň prsu prstem ve snaze udělat dítěti prostor před nosem na dýchání. Tlakem prstů na bradavku může matka zastavit odtékající mléko při spouštěcím reflexu. Dělá-li to příliš často, může to být příčinou poruchy odtoku mléka a vyprazdňování prsu.

#### Řešení této situace:

- **Kojit často, po 1,5–2 hodinách. Nejlépe z postiženého prsu.**
- **Změnit polohu dítěte tak, aby jeho**

**brada směřovala k postiženému místu.**

- **Před kojením je dobré ztuhlé místo namasírovat, například poklepáváním prsty nebo směrem od místa ucpání k bradavce.**
- **Po masáži nahřát prs pomocí ručníku namočeného v teplé vodě nebo teplou sprchou. A poté ihned přiložit dítě.**
- **Mezi kojeními se doporučuje chladit prsa pomocí studených obkladů. Výborný je vaničkový tvaroh z lednice. Dát na prs, nechat 15–20 minut působit, potom umýt. Při teplotě nad 38°C je možné užít například Paralen nebo Panadol.**

#### CO DĚLAT, KDYŽ POŘÁD SPÍ?

#### SPAVÉ DÍTĚ

Příčin spavosti dítěte může být několik. Nejčastěji se týkají nízké porodní hmotnosti novorozence, předčasného porodu nebo novorozenecké žloutenky. Někdy se také stává, že dítě při kojení usíná, jelikož nemá dostatečně rychlý tok mléka.

#### Jak dítě povzbudit:

- **Pokud se dítě samo nehlásí ke kojení každé tři až čtyři hodiny, je nutné ho jemně probudit. Jinak by se mohlo stát, že dítě nebude dobře prospívat.**
- **Svléknout dítě (sací aktivita se snižuje při teplotě nad 27 stupňů).**

- **Před kojením by si měla žena prsy nahřát teplými obklady, aby se dítě snadněji přisálo.**
- **Před kojením provést minutové ruční odstříkání („céčko“) pro stimulaci.**
- **Aby dítě během kojení neusínalo, je dobré i několikrát během jednoho kojení vystřídat prsy.**
- **Měnit polohy při kojení.**
- **Na zvýšení toku mléka je možné použít stlačení prsu. Matka uchopí rukou prs za dvorcem mezi palec a ukazovák tak, aby se nedotýkala obličej dítěte, a když vidí, že dítě přestalo sát, jemně prs stlačí. V tu chvíli se dítěti zvýší tok mléka, a to ho stimuluje k dalšímu sání. Žena prs pouští až v okamžiku, kdy dítě opět přestane sát.**
- **Důležité je budít dítě na kojení i v noci, alespoň každé čtyři hodiny.**

### PROČ NEMÁ BÝT KLOBOUČEK PRVNÍ ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ S KOJENÍM?

**POUŽITÍ KLOBOUČKU** – pouze v případě, že dítě přes všechna opatření prs nedokáže uchopit, špatně si ale od kloboučku odvyká. Tvorbě ragád preventivní podání kloboučku nezabrání. Ani léčba již vzniklých prasklinek není výrazně příznivější ve prospěch kloboučku. Navíc je uvolňování hormonů, nezbytných pro tvorbu a udržování laktace, sníženo, a projeví se to vyhasínajícím tvorbou mléka. Klobouček

má i další nevýhody, např. imunologické – zhoršuje kontakt úst dítěte s bradavkou, klesá účinnost vyprazdňování prsu, častěji provázeno retencí mléka.

### Řešení této situace:

- **použít formovač bradavek**
- **před přiložením bradavku zformovat (technika ručního ostříkávání)**
- **vyzkoušet různé polohy**

Samozřejmě, že pokud se přiložení nezdaří, je lepší kojit přes klobouček než nekojit vůbec.

### CO JE TO LET DOWN REFLEX?

Pro úspěch při kojení je třeba bezchybné funkce dvou systémů – tvorby a uvolňování vytvořeného mléka. Let down, vypuzovací, ejekční reflex je ten druhý z nich. Vypuzovací reflex je vyvolaný drážděním bradavky a dvorce a zprostředkovaný svalovými buňkami podél vývodného systému žlázy. Reflex funguje prostřednictvím hormonu oxytocinu. Význam oxytocinu je velký, protože jen malá část mléka je v sinusech, značná část se uvolňuje až v průběhu kojení. Důležitým podnětem pro vylučování hormonů je volné kojení. Přikládání dítěte bez omezování délky a frekvence. Oxytocin posiluje citovou vazbu matky a dítěte a podporuje uvolňování mléka z prsu. **Bolest, stres, strach a únava výrazně nepříznivě ovlivňují uvolňování mléka.** Uvolňovací reflex se dostavuje několikrát v prů-

běhu jednoho kojení. Pokud je celý děj narušený, je již vytvořené mléko zadržováno v prsu a pro dítě je ho nedostatek. Dítě je pak nespokojené, matka bezradná.

### Známky potvrzující přítomnost let down reflexu:

- **děložní kontrakce (během několika prvních dnů po porodu)**
- **pocity náhlého napětí, trnutí v prsu (některé ženy nepocítují)**
- **uvolňování mléka z druhého prsu po kapkách**
- **změny sání - z rychlé frekvence sacích pohybů přechází dítě do dlouhého sání**

### Řešení této situace:

- **relaxace, krouživá tlaková masáž na celém prsu a stimulace bradavky a dvorce, teplé obklady**

### DUDLÍK V PORODNICI?

Častým příkladem omezování doby dráždění bradavky dítětem je nahrazování přikládání dítěte a uspokojování jeho přirozeného pudu sát podáváním dudlíku – šidítka. Nebezpečné pro budoucí kojení je používání dudlíku v prvních dvou měsících, kdy se kojení zahajuje a kdy je zranitelné. Technika sání prsu a sání dudlíku je naprosto odlišná. Miminko se učí sát dvěma způsoby, což je pro něho matoucí.

Tímto termínem se označuje nepříjemná, náhle a zdánlivě bez příčiny vzniklá situace. Dvojice, často bez problémů kojící, prospívající dítě – spokojená matka, najednou zjistí problém. Matka má pocit, že má málo nalitá prsa, dítě je úměrně situaci u prsu neklidné, také zjistí změnu.

### S laktační krizí se maminky mohou setkat ihned po návratu z porodnice.

Sehrává při ní roli změna prostředí, nástup povinností, nevyspání, „dobře“ míněné rady okolí apod. Maminka znervózní, je podrážděná a plačtivá, vše se přičítá na úkor kojení. Stačí se však uklidnit, přizpůsobit se potřebám dítěte, nebát se dítěte k prsu přikládat často.

**Další kojící krize může nastat v období tzv. růstového spurtu dítěte.** Je to období, kdy dochází k náhlému zrychlenému růstu dítěte.

Většina dětí projde několika obdobími růstového spurtu během prvních 12 měsíců života. V tomto období má dítě častou potřebu příjmu potravy (potřeba krmení třeba i každou hodinu). Dítě je neklidné, často pláče, vyžaduje větší péči. Zvýšená potřeba příjmu mléka při růstovém spurtu je dočasná. U výlučně kojících dětí se příjem mléka rychle zvyšuje v průběhu prvních několika týdnů života, pak zůstává zhruba stejný od jednoho do šesti měsíců. Postupným zaváděním příkrmů po šestém měsíci příjem mléka

postupně klesá. Fyzický růst dítěte není jediným důvodem, proč děti vyžadují zvýšenou péči (častější potřeba krmení, neklid). Stejně chování můžeme u dětí pozorovat i při pokusech pokročit v psychomotorickém vývoji jako je například přetáčení, plazení, chůze nebo řeč. Materské mléko je stejně důležité pro vývoj mozku i pro růst těla.

### Kdy se u dětí projeví růstový spurt?

Bývá to v období několika prvních dní doma, kolem 7.–10. dne, 2.–3. týdne, 4–6 týdnů, ve 3. měsíci, 4. měsíci, 6. měsíci a 9. měsíci. Děti ale neznají kalendář, takže se každé dítě může chovat jinak. Růstový spurt nekončí po 1. roce života.

### Jak dlouho růstový spurt trvá?

Obvykle jsou to 2–3 dny, ale někdy může trvat týden i více. Pokud růstový spurt trvá týden nebo déle, maminka by se měla zamyslet, zda má dostatek kalorií a tekutin ve své stravě. Nemusí to být těžké poznat, protože matka se při růstovém spurtu může cítit hladovější než obvykle.

### Jak nejlépe růstový spurt zvládnout?

Je nutné se řídit potřebami dítěte. Častějším kojením dítě automaticky dostává více mléka a častým přikládáním se laktace zvyšuje. Není nutné v tomto období dítě dokrmovat umělou formulí. Dokrm nebo nedostatečně časté kojení negativně ovlivňuje přirozenou reakci zvýšené laktace při růstovém spurtu. Může dojít až k zástavě kojení, což je velká škoda. Některé maminky pociťují v tomto období větší hlad a žízeň. Je třeba naslouchat

svému tělu a v období častějšího kojení více jíst a pít. **Další kojící krize** může nastat v období, kdy u ženy nastupuje menstruace. Někdy se stává, že děti první dva dny menstruace hůře pijí, jakoby jim mléko nechutnalo, pouštějí bradavku. Rozhodně to není důvod k přerušení kojení. Vytrváte-li a trpělivě budete prs nabízet dále, děťátko znovu začne normálně pít a při následujících cyklech už k problémům nedochází.

### ÚLEVOVÉ POLOHY

Aby se vašemu miminku ulevilo od nadměrné plynatosti a bolesti břicha, doporučujeme úlevové polohy. Nejčastěji je to klubíčko, kdy si dítě jakoby svineme zády k sobě a přitiskneme mu skrčené nožky k břichu. Další úlevovou polohou je poloha „na tygřička“, kdy si dítě položíme břichem na pokrčené předloktí.



**FeelEco**  
NATURAL CARE

Umění  
výjimečnosti

PRO DĚTI  
OD 0–3 LET

## Výjimečné přírodní produkty pro péči o naše nejmenší

- Hypoalergenní
- Dermatologicky testováno
- Neobsahují parfemace, alergeny a konzervanty
- Vysoce účinné
- Cenově výhodné

Vhodné pro kojence, batolata, děti a osoby s citlivou pokožkou.



Všechny produkty pro děti a kojence Baby a další produkty FeelEco naleznete zde:



e-shop  
**FeelEco**  
.com

# POPORODNÍ PÉČE

zaškolené porodní asistentky  
v pohodlí Vašeho domova

Milé nastávající maminky, dovolujeme si Vám nabídnout návštěvní službu určenou pro ženy v období bezprostředně po propuštění z porodnice až do konce šestinedělí, která zahrnuje:

- kontrolu zavinování dělohy a očístků, nácvik vyvázání poporodního břicha
- kontrolu poporodního poranění, nácvik péče o jizvu, ev. vytažení stehů
- kontrolu prsů a bradavek, laktační poradenství (podpora nástupu laktace, nácvik techniky kojení, alternativní způsoby dokrmování, odstříkávání a uchovávání mateřského mléka, péče o poraněné bradavky aj.)
- výuku nošení dítěte a podporu v péči o dítě
- tejpování
- poradenství v bylinných, výživových a homeopatických léčebných produktech podporujících fyziologický průběh šestinedělí
- odběr novorozeneckého screeningu „z patičky“ u ambulantních porodů
- poradenství s výživou v šestinedělí
- psychickou podporu s individuálním přístupem v čase, který vyhovuje přímo Vám

Zodpovíme Vaše otázky, poradíme a prakticky ukážeme, jak se správně starat o miminko i o sebe sama.

V období šestinedělí hradí zdravotní pojišťovny 3 návštěvy v různých dnech.



uh+nemocnice

- nepotřebujete žádanku od registrujícího gynekologa
- návštěvní službu po porodu hradí zdravotní pojišťovny
- cestovné (nejkratší úsek) je hrazené pojišťovnou (mimo ZP MV ČR)
- výjezdní místo pro výpočet cestovného je Uherské Hradiště (UHN)

## TĚŠÍ SE NA VÁS porodní asistentky:

**Iva Kadlicová**  
(Uherský Brod)  
608 541 547

**Adriána Dudová**  
(Zlín-Malenovice)  
724 473 107

**Milena Dominiková**  
(Ostrožská Lhota)  
724 631 082

**Monika Cilečková**  
(Buchlovice)  
724 473 106

## NOVOROZENECKÝ SCREENING

Jedná se o řadu různých vyšetření, která podstupují všichni novorozenci v Uherskohradištské nemocnici. Slouží k zachycení vrozených onemocnění, která se v době vyšetření ještě nemusí projevovat vážnějšími příznaky, ale která – nepoznaná mohou dále vést k poškození zdraví nebo až ke smrti novorozence.

## NOVOROZENECKÝ LABORATORNÍ SCREENING



Novorozenecký laboratorní screening (NLS) je aktivní a celoplošné (=celostátní) vyhledávání chorob v jejich časném, preklinickém stadiu tak, aby se tyto choroby diagnostikovaly a léčily dříve, než se stačí projevit a způsobit dítěti nevratné poškození zdraví. Je založen na analýze suché kapky krve na filtračním papírku – tzv. novorozenecké screeningové kartičce. Krev se odebírá za definovaných podmínek všem novorozencům narozeným na území České republiky.

Za analýzu suché kapky krve, interpretaci nálezů a všechny další příslušné kroky ve prospěch novorozence odpovídají screeningové laboratoře, pro novorozenecké oddělení v UHN jsou to laboratoře v Brně a v Olomouci. Výsledky vyšetření nejsou zaslány všem novorozencům, pouze v případě pozitivního nálezu je kontaktována telefonicky rodina a novorozenec je pozván k novému odběru. Dále je informován také ošetřující lékař novorozence.

### V České republice se nyní vyšetřuje řada onemocnění:

- spinální svalová atrofie
- závažné vrozené poruchy imunity
- vrozená snížená funkce štítné žlázy (kongenitální hypotyreóza – CH)
- vrozená nedostatečnost tvorby hormonů v nadledvinách (kongenitální adrenální hyperplazie – CAH)
- vrozená porucha tvorby hlenu (cystická fibróza – CF)
- dědičné poruchy látkové výměny aminokyselin (fenylketonurie)
- dědičné poruchy látkové výměny mastných kyselin
- dědičná porucha přeměny vitamínů

Pravděpodobnost, že právě u jednoho konkrétního vyšetřovaného novorozence bude zjištěno některé z uvedených onemocnění, je velmi malá. Právě jemu ale novorozenecký screening pomůže uchránit zdraví, někdy i život, a z hledis-

ka ekonomie zdravotnictví sníží náklady na jeho léčbu, protože náklady na léčbu komplikací vzniklých z pozdě diagnostikované choroby bývají mnohem vyšší. Více se dozvíte na:

[www.novorozeneckyscreening.cz](http://www.novorozeneckyscreening.cz)

## SCREENING ŠEDÉHO ZÁKALU



Vrozený zákal oční čočky postihuje asi jednoho novorozence z dvou tisíc narozených. Pokud není v časném věku rozpoznán a operačně odstraněn, vede k trvalé poruše zraku. Screening se provádí vyvoláním červeného reflexu při osvětlení zornic obou očí pomocí oftalmoskopu. Vyšetření je jednoduché a nebolestivé. V případě pozitivního nebo nejasného nálezu provádíme ještě při pobytu dítěte na novorozeneckém oddělení specializované oční vyšetření, novorozenci s potvrzeným šedým zákalem jsou dále sledováni a operováni ve FN Motol.

Screeningovým vyšetřením se nezachytí mírné formy šedého zákalu.

## SCREENING VROZENÝCH VAD LEDVIN



Vrozené vady ledvin, močového měchýře a vývodných močových cest patří mezi vůbec nejčastější vrozené vady. Již prenatálně se tyto orgány plodu vyšetřují ultrazvukem, některé vrozené vady však nejsou rozpoznány nebo vznikají až po 23. týdnu těhotenství. Po porodu se ultrazvukové vyšetření močového systému doporučuje nejdříve 3.–4. den života, kdy je již dítě dobře zavodněné, má váhový přírůstek a močový měchýř je pokud možno naplněný. Při záchytu vady naplánujeme kontrolní ultrazvukové vyšetření s odstupem 1–4 měsíců, eventuálně navrhneme preventivní opatření proti infekci močových cest. Děti se závažnějšími vadami močového systému jsou dále sledovány v nefrologické nebo urologické ambulanci.

## SCREENING DYSPLÁZIE KYČELNÍHO KLOUBU



Screening provádí během pobytu dítěte na novorozeneckém oddělení ortoped, tvoří ho klinické a ultrazvukové vyšetření kyčelních kloubů a nožek.



Hlavním cílem je odhalit vrozené vykloubení kyčle a zahájit včasnou léčbu. Pokud není toto onemocnění rozpoznáno a léčeno včas, může vést k závažným trvalým změnám kloubů. Screening může zjistit také méně závažné vrozené vady kyčlí a nožek, u nichž se zavádí abdukční ba-

lení nebo rehabilitace, maminky jsou zacvičeny ještě v porodnici. Screening se provádí metodou trojího síta, kdy u všech dětí ještě následuje ortopedické vyšetření v 6. týdnu a ve 3. měsíci.

## SCREENING KRITICKÝCH VROZENÝCH SRDEČNÍCH VAD

Vrozené vady srdce postihují asi šest dětí z tisíce. Prenatálně se provádí ultrazvukové screeningové vyšetření orgánů plodu, které je nejpřesnější ve 2. trimestru. Tímto vyšetřením se zachytí asi 50–60 % vrozených srdečních vad, zbytek uniká. Některé děti s kritickou srdeční vadou se zdají být po porodu zcela zdravé a mohou být takto propuštěny domů. Tyto děti mají riziko závažných komplikací během prvních dnů a týdnů života a často vyžadují neodkladnou péči.

Screening, prováděný většinou den před propuštěním z porodnice, pomáhá tyto děti odhalit a předejít tak poškození zdraví až úmrtí. Jedná se o jednoduchý, rychlý, nebolestivý test, spočívá v měření množství kyslíku v krvi. Většina dětí s kritickou srdeční vadou má snížené oxysolčení krve. Vyšetření se v případě pozitivního výsledku ještě 2 x opakuje, pokud dále trvá podezření na srdeční vadu, odešleme dítě na specializované kardiologické vyšetření. Ne každý pozitivní výsledek znamená vrozenou vadu srdce, je nutno vyloučit další onemocnění, zvláště plicní choroby a infekce. Zároveň je potřeba upozornit, že tento screening nevyklučuje všechny srdeční vady, zvláště ty méně významné.

# NOVOROZENECKÁ KOLIKA?

## BaloniX<sup>®</sup> med

## Nabízíme jemné a účinné řešení!

- ✓ Léčí kojeneckou koliku a křeče způsobené nadýmáním
- ✓ Lze podávat už od narození
- ✓ Má rychlý nástup účinku
- ✓ Snadno se podává dávkovací odměrkou, která je součástí balení
- ✓ K dostání v lékárně bez lékařského předpisu



# www.baloniX.cz

BaloniX med je zdravotnický prostředek. Před jeho použitím si pozorně prostudujte návod k použití, který je součástí balení.

## SCREENING SLUCHU

Poruchy sluchu až hluchota postihují asi 1–2 děti z 1000 narozených. Sluchová ztráta významně hendikepuje dítě jak v rozvoji komunikace, tak sociálních kontaktů. Čím dříve se zjistí, tím dříve je možno zavést u dítěte sluchové rehabilitační pomůcky a využít tak celý jeho vývojový potenciál. Screeningové vyšetření OAE (otoakustické emise) je jednoduchý, nebolestivý, rychlý test. Ukazuje odpověď vnitřního ucha na zvukové podněty. Testy nejsou závislé na spolupráci dítěte, provádí se většinou ve spánku. U rizikových dětí provádíme vyšetření BERA, které testuje odpověď na zvuk na vyšší úrovni sluchové dráhy v mozgovém kmeni. Pozitivní výsledek nemusí ještě znamenat sluchovou vadu, může se jednat například o zbytky plodové vody nebo mázku v zevním zvukovodu. Následuje rescreening, při opakovaném pozitivním výsledku zajišťujeme vyšetření specialistou ORL. Pokud se zjistí závažná porucha, je možné

již v časném kojeneckém věku zavést naslouchadla a následně kochleární implantát. Screeningové vyšetření v porodnici nemusí odhalit všechny typy sluchových vad. Proto při podezření na sluchovou vadu u svého dítěte věřte svým instinktům a žádejte další lékařské vyšetření.



LABORATOIRES

**KLORANE**

Posilující  
výtažek  
z chinovníku  
*Cinchona  
succirubra*

**-60%**

vypadávání  
vlasů\*

Za **2** měsíce

[www.klorane.cz](http://www.klorane.cz)



© Všechna práva vyhrazena – společnost Pierre Fabre.  
Metoda vyvinuta společností Pierre Fabre.



ZAKOUPÍTE  
V LÉKÁRNÁCH  
A ONLINE

SÁMPON S CHININEM

	Chinovník	Zpomaluje vypadávání vlasů
		Zlepšuje hustotu vlasů

\*Studie provedená na 31 účastnících trpících vypadáváním vlasů. Denní používání šamponu po dobu 2 měsíců.





# NĚKOLIK RAD PRO MIMINKA A JEJICH MAMINKY PO PROPUŠTĚNÍ Z PORODNICE

- Doporučujeme kojit nadále alespoň do 1 roku věku dítěte.
- Při problémech s kojením zavolejte naší laktační poradkyni, která vám poskytne telefonickou i osobní konzultaci.
- Po 4. měsíci je možno dávat nemléčné příkrmy.
- Pokud vaše dítě nemůže být plně kojeno a potřebuje příkrm, používejte počáteční mléčnou formuli a k její přípravě kojeneckou vodu s nízkým obsahem dusičnanů, aby nedošlo u vašeho dítěte k otravě.
- Příkrmy podávejte alespoň zpočátku alternativním způsobem – například stříkačkou nebo cévkou u prsu.
- Čaj ani čistá voda nejsou pro dítě do 4. měsíce vhodné, žízeň zažene mléko.
- Po narození byl vašemu dítěti jako prevence novorozeneckého krvácení podán vitamin K – většinou jej podáváme formou kapek, musíte dále podávat 1 kapku týdně do 12. týdne.
- Pro správné vyžrávání kostí a jako prevenci křivice budete dítěti podávat vitamin D; je indikován od 2. týdne až do 12–18 měsíců. Recept vám vystaví ošetřující lékař dítěte.
- Doporučujeme denně dítě koupat, není ale nutno používat na celé tělíčko mýdlo. Samozřejmě více pozornosti byste měli věnovat oblastí zapářky

v okolí genitálu a v kožních záhybech. Po koupání suší kůži ošetřete krémem nebo masťou vhodnou pro novorozence, můžete provést jemnou masáž. Koupání slouží nejen k očištění, ale i k uvolnění a zklidnění dítěte, je prostorem k láskyplnému kontaktu s dítětem a cestou k vytvoření denního a nočního režimu.

- Pupeční pahýl se hojí 2 až 3 týdny a je nutno ho denně po koupání čistit dezinfekcí (např. 60% líh, Octenidol). Pokud se objeví krvácení, zarudnutí nebo hnisání, ihned vyhledejte dětského lékaře.
- Dbejte na bezpečnost a nenechávejte dítě bez dozoru na volné ploše, může dojít k nečekanému pádu a úrazu.
- Děti do 6 měsíců mají spávat na zádech, protože spaní na bříšku je rizikovým faktorem syndromu náhlého úmrtí kojenců. Dalším rizikovým faktorem je například kouření v rodině.
- U dětí, které měly vážné problémy v poporodním období nebo byly nezralé, **doporučujeme monitor dechu, který lze zapůjčit na novorozeneckém oddělení.**
- Na procházku s dítětem můžete vyrazit již po propuštění z porodnice, pokud není vaše miminko nezralé nebo neváží méně než 2500 g. Neměli byste ale chodit ven, pokud je větrné nebo

příliš chladné počasí a teplota klesá pod -5 °C. Dítě oblékejte přiměřeně počasí, doporučujeme o vrstvu více, než má maminka, v zimě dejte do kočárku vždy zavinovačku i nánožník.

- Drobnější děti můžete zpočátku na chlad adaptovat doma krátkým spaním u otevřeného okna, přičemž je oblečete jako na procházku.
- Kontaktujte vybraného praktického lékaře pro děti a dorost a naplánujte s ním první prohlídku. Vyšetření u pediatra by se mělo uskutečnit do 2 dnů po propuštění z porodnice.
- Pokud by mělo vaše dítě vážné potíže, neváhejte s ním přijít na vyšetření

k lékaři ihned, eventuálně kontaktujte znovu naše novorozenecké oddělení.

- Bylo zrušeno plošné očkování proti tuberkulóze a nadále se očkují jen rizikové skupiny obyvatel. V porodnici jste vyplnili dotazník, který byl vyhodnocen. Pokud patříte do rizikové skupiny, byl vám předán kontakt na očkovací stanici. Pokud v riziku nejste, vaše dítě se očkovat nebude.
- Rodný list dítěte vystavuje matrika v místě narození, k jeho vyzvednutí budete vyzváni SMS zprávou.
- Po obdržení rodného listu přihlaste dítě k pojišťovně – většinou k pojišťovně maminky, a to nejlépe do 7 dnů po narození.

inzerce

**Ovocňák**

100% ovoce a zelenina

**BEZ konzervantů**

**BEZ přidaného cukru**

**BEZ umělých přísad**

**BEZ přidané vody**

**Vhodné pro děti od 5. měsíce**

**Navštivte nás také na:**

- Ovocňák
- Ovocňák 100% z ovoce a zeleniny
- #ovocnak

[www.ovocnak.cz](http://www.ovocnak.cz)

SIDS (sudden infant death syndrome) – syndrom náhlého úmrtí kojenců je stav, kdy dítě přestane náhle dýchat a pokud není zahájena účinná resuscitace, dochází k jeho úmrtí. Příčina syndromu není plně objasněna, na vině bude pravděpodobně nezralost center pro regulaci dýchání. Jsou ale známy rizikové faktory a také existují jednoduchá preventivní opatření, která snižují riziko SIDS.

## Preventivní opatření

### 1. TEPLOTA

- Optimální teplota v místnosti, kde kojeneček spí, je 20°C. Nepřetápět.
- Je nutno krátce a opakovaně větrat.
- Dítě oblékat přiměřeně, pokud se potí na šíji, je mu příliš teplo.

### 2. SPRÁVNÉ POLOHOVÁNÍ DÍTĚTE

- Nenechávat spát na bříšku.
- Polohovat na záda s hlavičkou na bok, střídát strany.
- V prvním roce má dítě spávat ve své vlastní postýlce v ložnici rodičů.
- Nedávat do postýlky příliš měkkou matraci.
- Nedávat do postýlky kolem hlavy polštáře, plyšáky ani jiné hračky.
- Děti se sklonem k ublíkávání uložit do mírně zvýšené polohy.
- Po krmení nechat dítě odříhnout.



### 3. NEUŽÍVAT NÁVYKOVÉ LÁTKY

- Nekouřit u dítěte, hlavně kojící matky.
- Kojící matky nesmí požívat alkohol ani drogy.
- Opatrnost u léků u kojících matek.

### 4. PREVENCE INFEKCE

- Kojení.
- Očkování proti přenosným dětským nemocem.

### 5. MONITOR DECHU

- Vždy zapnutý.
- Nejdéle 2 roky starý.
- Možnost zapůjčení na našem novorozeneckém oddělení prostřednictvím Nadace Křižovatka.

Novorozenecké oddělení  
Uherskohradištská nemocnice a. s.  
J. E. Purkyně 365, 686 66 Uherské Hradiště  
Budova A, tel. 572 529 592

## Známky ohrožení života a selhávání životních funkcí

- dítě je prošeďlé, bledé
- nereaguje, nemá normální držení těla a svalové napětí
- nedýchá
- netluče mu srdce, nejsou hmatné jeho úderky na hrudníku

## Resuscitace kojence

### LETÁK NA VIDITELNÉM MÍSTĚ



Tento letáček ponechte na viditelném místě. Uložte si do telefonu číslo rychlé záchranné služby 155.

### 1) VYČISTĚTE ÚSTA



Pokud dítě nereaguje, je prošeďlé, uvolněte dítěti dýchací cesty a vyčistěte ústa.

### 2) DÝCHÁ?



Poslechněte si, zda dítě dýchá. Sledujte pohyby hrudníku.

### 3a) DÝCHÁ → POKLEPEJTE



Když dítě dýchá, položte jej do této pozice a volejte 155. Dále dítě pozorujte. Při podezření na cizí těleso v dýchacích cestách dítě jemně poklepejte po zádech.

### 3b) NEDÝCHÁ → 2 VDECHY



Pokud dítě nedýchá, položte ho rovně na záda na pevnou podložku. Mírně zakloňte hlavičku a předsuňte bradu. Přiložte ústa na nos a pusinku a jemně do dítěte 2x vdechněte vzduch z vašich úst.

### 4) VOLEJTE 155



Jestliže po 2 až 4 vdeších dítě nejeví známky života, volejte 155 a začněte s masáží srdce. Je dobré nechat telefon na hlasitý odposlech, dispečer RZP vás bude v resuscitaci vést. Snažte se přivolat další pomoc z okolí.

### 5) MASÁŽ SRDCE



Položte dva prsty na hrudní kost uprostřed spojnice prsních bradavek, zmáčkněte hrudník do hloubky 2 cm. Jedno stlačení za půl sekundy.

### 6) VDECH



Po 30 kompresích srdce přiložte svá ústa na ústa a nos dítěte a proveďte 2 vdechy. Hrudník se musí zvedat.

### 7) POKRAČUJTE



Pokračujte v resuscitaci 30 kompresí srdce → 2 vdechy až do obnovení životních funkcí nebo do příjezdu záchranné služby.

# LAKTAČNÍ PORADNA

---

## Konzultace před porodem

- informace o všem, co je potřeba vědět o kojení, příprava na kojení, kontrola prsou
- případná konzultace ohledně vpáčených bradavek

## Konzultace po porodu

- kontrola správné techniky kojení, rady ohledně péče o bradavky a životosprávy
- v případě bolestivého kojení
- v případě pochybností o správnosti polohy, že miminko odmítá pít z prsu
- v případě obav o množství mateřského mléka
- v případě jakýchkoli pochybností a potřeby konzultace v souvislosti s kojením

## Ceník:

- Konzultace telefonicky, e-mailem: **ZDARMA**
- Konzultace v laktační poradně: **500,- Kč**
- Konzultace v domácím prostředí: **900,- Kč**

## Půjčování novorozeneckých postýlek



Zajišťuje nejbližší kontakt mezi matkou a miminkem. Široká škála polohování včetně výškového nastavení a náklonu vaničky.

Pro děti do 4 měsíců.

Poplatek za zapůjčení činí  
500,- Kč vč. DPH  
za kalendářní měsíc.

---

**Další informace v prodejně  
a půjčovně zdravotnických potřeb  
Uherskohradištské nemocnice a. s.**

**Mgr. Petra Dvořáková**  
**tel. 572 529 909, 724 473 015**  
**e-mail: [dvorakp@nemuh.cz](mailto:dvorakp@nemuh.cz)**

Certifikovaný laktační poradce:  
**Mgr. Petra Půčková, tel. 603 100 823**  
**e-mail: [omelka@nemuh.cz](mailto:omelka@nemuh.cz)**