



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI



Fondul Social European
POSDRU 2007-2013



Instrumente Structurale
2007-2013



GUVERNUL ROMÂNIEI
MINISTERUL MUNCII, FAMILIEI,
PROTECȚIEI SOCIALE
ȘI PERSOANELOR VÂRSTNICE
ORPOSDRU REGIUNEA CENTRU



UMF
UNIVERSITATEA DE
MEDICINĂ ȘI FARMACIE
"IULIU HAȚIEGANU"
CLUJ-NAPOCA

ALĂPTAREA NOU-NĂSCUTULUI CU CARDIOPATIE CONGENITALĂ - GHID PENTRU MAME -



FONDUL SOCIAL EUROPEAN

Investește în
OAMENI

ROMÂNIA
UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE "IULIU
HAȚIEGANU" CLUJ-NAPOCA
Departamentul de Cercetare, Dezvoltare și Inovare
Str. Louis Pasteur nr.4, et. III
Tel.: 0748 840228
E-mail: cardiopedumfoluj@gmail.com
Web: www.cardioped.ro



CUI SE ADRESEZĂ ACEASTĂ BROȘURĂ?

Această broșură a fost concepută pentru a ajuta mamele a căror copii au probleme de sănătate și nu pot fi alăptați în maternitate.

Este cunoscut și susținut atât de cercetările medicale cât și de practica clinică faptul că hrănirea exclusivă cu lapte de mamă a nou-născuților are beneficii pe termen lung. Nou-născuții care nu sunt hrăniți cu lapte de mamă au o rată de morbiditate și mortalitate mai mare în toate regiunile lumii. Totuși, a iniția și a susține procesul de alăptare în cazul unui copil prematur sau cu probleme de sănătate poate să fie o provocare. Din acest motiv, susținerea și suportul mamei în vederea inițierii și menținerii lactației în acele situații în care copilul nu poate să inițieze procesul de alăptare este esențial pentru succesul acestui proces. Mamele aflate în situațiile mai sus menționate trebuie să știe că:

Laptele de mamă poate fi exprimat și administrat copilului, chiar dacă, din motive medicale, acesta nu poate să fie pus la sân iar secreția lactată poate fi menținută prin exprimarea laptelui*

Această broșură își propune să fie un prim pas pentru informarea mamelor referitor la inițierea menținerii secreției lactate, stocarea laptelui matern în vederea oferiții acestuia copilului cu probleme de sănătate (cardiopatie congenitală).

În funcție de starea de sănătate a fiecărui copil, este posibil să se impună atitudini diferite. Recomandările din acest ghid nu înlocuiesc recomandările medicilor curanți.

* exprimarea laptelui = mulsul laptelui

DRAGĂ MĂMICĂ,

Știm că treci prin momente grele. Fie că știai dinainte de a naște că bebelușul tău suferă de o boală a inimioarei sau ai aflat doar după naștere de acest lucru, suferința ta este la fel de mare.

Probabil că această suferință este accentuată de faptul că bebelușul tău nu este acum alături de tine, dar cel mai probabil, în aceste momente, o întreagă echipă de medici se ocupă de starea de sănătate a copilășului tău.

Cu siguranță medicul curant al copilului v-a povestit despre afecțiunea copilului dumneavoastră. Dacă acest lucru nu s-a întâmplat încă, puteți să citiți despre cardiopatiile congenitale din broșura: "Ghid de informare pentru părinții copiilor cu malformații cardiace congenitale", elaborată în același proiect, ca și această broșură.

Poate simți că nu prea poți să îi fi de folos micuțului tău, dar această broșură este concepută tocmai ca să îți arate pas cu pas că aportul tău este neprețuit pentru starea de sănătate a bebelușului tău.

Așadar, noi, aceia care am scris această broșură îți vom detalia cum poți să îi oferi copilului tău ceva ce numai tu poți – **laptele matern**.

Laptele de mamă îi oferă copilului tău cea mai adecvată hrană, cu cea mai ușoară digestie, reduce riscul de infecții, reduce riscul de alergii.

Urmărind recomandările din această broșură, vei întreține secreția de lapte, vei putea să oferi lapte proaspăt bebelușului, vei spori secreția de lapte pentru momentul în care bebelușul va putea să se hrănească direct din sân, vei evita angorjarea sânilor (furia laptelui).

Rolul tău este unic în dezvoltarea bebelușului tău. Dat fiind că bebelușul este bolnăvior, **recomandările pe care le vei găsi în această broșură sunt puțin diferite și mai stricte față de cele făcute în cazul unui copil sănătos.**

Dacă ai întrebări, după lecturarea acestei broșuri, adresează-te medicilor care se ocupă de bebelușul tău sau consultanților de lactație certificați de Bordul Internațional de lactație - IBLC.

Știai că tu poți să îi oferi lapte de mamă copilului tău chiar dacă din cauza problemelor de sănătate, el nu poate să fie pus la sân?

Urmează recomandările următoare pentru a ști ce ai de făcut.





RECOMANDĂRI PRIVIND EXPRIMAREA LAPTELUI PENTRU COPILUL BOLNAV ȘI/SAU PREMATUR

Pentru copilul bolnav sau prematur, care nu poate fi alăptat, mama ar trebui să înceapă să exprime lapte încă din primele 24 de ore de la naștere și să continue acest lucru de câte 8-10 ori, în fiecare 24 de ore, inclusiv noaptea și indiferent de cantitatea de lapte care se colectează.

Încearcă să îți faci un program de exprimare a laptelui la câte 3 ore și nu lăsa să treacă mai mult de 4-5 ore între episoadele de exprimare.

Data: 1 octombrie 2015

Ora de incepere	Timp petrecut	Cantitate de lapte exprimată
10:00	30 minute	15 ml
13:00	30 minute	20 ml
16:00	30 minute	15 ml

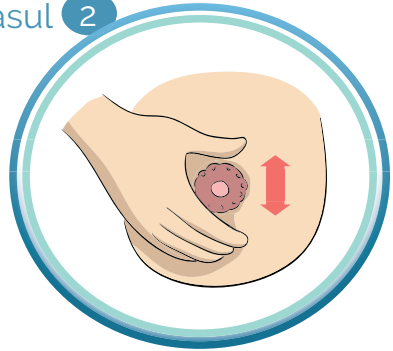
Exemplu program

Înainte de exprimarea laptelui poți să faci un masaj ușor al sânilor și să pui comprese cu apă călduță. Acest lucru va ajuta la eliberarea mai facilă a laptelui.

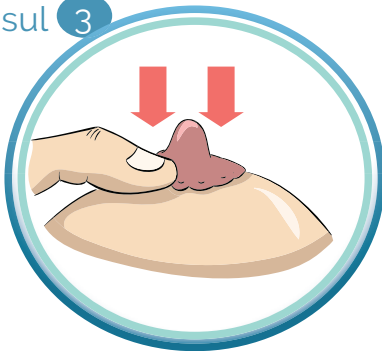
Pasul 1



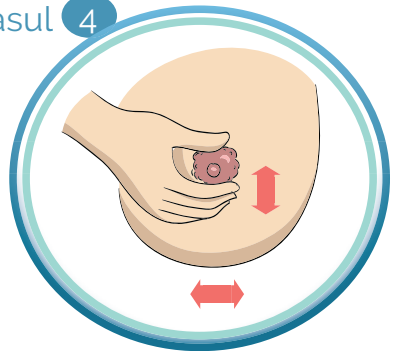
Pasul 2



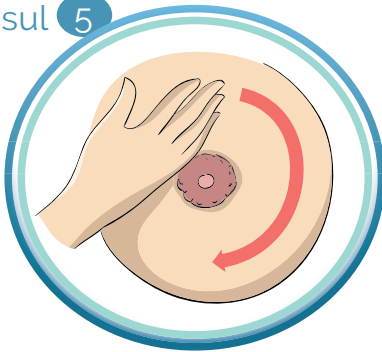
Pasul 3



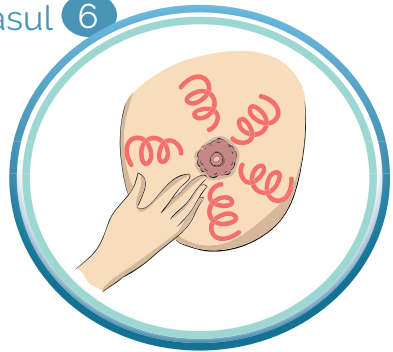
Pasul 4



Pasul 5



Pasul 6



În ziua a 3-a de la naștere s-ar putea să se întărească sânii și să devină dureroși. Acest fenomen poartă numele de angorjare. Se va rezolva dacă vei scoate lapte mai frecvent.

Păstrează un mic jurnal cu orele la care urmează să exprimi laptele și volumul colectat.

Practică contactul piele pe piele cu bebelușul tău cât mai devreme după ce acesta este stabil și echipa medicală îți permite acest lucru.

Nu te aștepta să vină de la început volum mare de lapte, la început se vor colecta cantități mici (picături). Nu te lăsa descurajată și nici nu renunța. Nu aștepta "să vină" laptele, exprimă-l indiferent de cantitate, volumul de lapte va crește treptat.

Dacă au trecut primele 24 de ore, începe cât mai repede, niciodată nu e prea târziu.

Încearcă să te odihnești, atât cât este posibil, între episoadele de exprimare a laptelui.

În procesul de colectare a laptelui matern, menținerea igienei este de o importanță majoră.

Pasul 1



Pasul 2



Pasul 3



Pasul 4



Pasul 5



Pasul 6



Menținerea igienei mamei dar și a echipamentelor utilizate în procesul de exprimare și colectare a laptelui matern reduce contaminarea laptelui cu bacterii și riscul de infecții ale bebelușului, lucru extrem de important atunci când vorbim despre un copilăș prematur sau cu cardiopatie congenitală.

- ▶ Spală mâinile și sânii înainte de fiecare sesiune de exprimare a laptelui matern;
- ▶ Spală (cu apă și detergent de vase), clătește bine și apoi sterilizează componentele echipamentului de colectare, care intră în contact cu laptele matern.

ECHIPAMENTUL PENTRU EXPRIMAREA LAPTELUI MATERN

Asigură-te că folosești echipament curat și potrivit (dacă în timpul exprimării laptelui apar dureri sau răni la sânii, s-ar putea ca echipamentul folosit să nu fie potrivit și să genereze complicații în timp. Oprește-te și cere cât mai repede ajutorul unui consultant de alăptare - IBLC.

Unele maternități dețin propriile sisteme de colectare a laptelui matern (pompe) pe care le oferă mamelor care au nevoie de ele; dacă acest lucru nu este posibil, există și posibilitatea achiziționării echipamentelor de uz personal sau a închirierii unor echipamente special concepute în acest scop.

Cea mai eficientă metodă de colectare a laptelui în situațiile în care copilul nu poate să stea la sân, este pompa electrică. De asemenea, este și cea mai sigură din punct de vedere al reducerii riscului de contaminare a laptelui cu bacterii în timpul exprimării.

Când începi colectarea, poziționează cu grijă mamelonul în interiorul cupei pompei și ai grijă ca acesta să fie bine centrat, altfel generează durere, și răni. Înainte de a începe procesul de exprimare emoliază mamelonul și areola cu puțin lapte, dacă reușești să exprimi. Acest lucru va reduce riscul de leziune a pielii, generat de fricțiunea cu echipamentul pompei.

ASPECTUL LAPTELUI MATERN EXPRIMAT

Culoarea laptelui matern va varia de la zi la zi. Poate să arate gălbui, ușor albastrui sau ușor maroniu. Culoarea nu are nici o semnificație în ceea ce privește calitatea laptelui.

Laptele proaspăt exprimat nu are miros.

Laptele proaspăt exprimat are aspect omogen. Dacă acesta este stocat, grăsimea se va ridica la suprafață ca o zonă mai cremoasă și mai albă. Înainte de a-l oferi copilului, laptele se va omogeniza rotind ușor recipientul. Evitați scuturarea viguroasă a recipientului. Aceasta va distruge celulele cu proprietăți antiinfecțioase.

STOCAREA LAPTELUI MATERN EXPRIMAT. RECOMANDĂRI PENTRU COPILUL SPITALIZAT

Stocază laptele exprimat în următoarele condiții:

- ▶ Utilizează recipiente cu pereți tari, gradate, curate, sterilizate;
- ▶ Etichetează recipientele cu numele copilului, data și ora exprimării laptelui (pentru mamele care se află în spital);
- ▶ Laptele de la aceeași sesiune de muls poate fi stocat în același recipient, chiar dacă s-a exprimat cu pompa dublă (recipiente separate pentru fiecare sân);
- ▶ Dacă este posibil, informează-te privind orele la care copilul va fi hrănit și colectează laptele chiar înainte de acele ore. În acest fel, laptele va fi cât se poate de proaspăt și nu trebuie refrigerat;
- ▶ Dacă laptele nu va fi folosit într-o oră de la colectare trebuie refrigerat imediat;
- ▶ Mamele care colectează lapte pentru un copil prematur sau bolnav trebuie să colecteze laptele de la fiecare sesiune în recipient curat și sterilizat (nu peste laptele exprimat la o altă sesiune de muls) pentru a reduce riscul de contaminare;

- ▶ Laptele proaspăt exprimat poate fi oferit copilului spitalizat într-un interval de timp de sub 24 de ore, dacă este păstrat la frigider;
- ▶ La temperatura camerei, laptele proaspăt muls, poate fi păstrat maximum o oră, în cazul nou-născutului spitalizat. Acest interval de timp este mai lung (până la 6-8 ore la sub 25 grade Celsius) în cazul copilului nespitalizat.

CONGELAREA ȘI DECONGELAREA LAPTELUI MATERN (RECOMANDĂRI PENTRU COPILUL NESPITALIZAT)

Dacă copilul este prematur sau bolnav, și medicul a recomandat ca el să primească numai lapte proaspăt (exprimat de mai puțin de 24 de ore), tot laptele excedentar poate fi congelat.

Se poate amesteca laptele colectat în aceeași zi cu scopul de a fi congelat în maniera următoare: răcește laptele proaspăt exprimat la frigider pentru o oră iar apoi adaugă-l peste laptele exprimat în aceeași zi, care a fost introdus la frigider imediat după exprimarea lui; nu adăuga lapte proaspăt exprimat (călduț) peste lapte cogenat.

Nu umple recipientul, lăsați loc pentru expansiunea volumului în timpul congelării

Laptele poate fi păstrat la congelator la -18 grade celsius pentru 3-6 luni.

Înainte de congelare se va eticheta laptele cu data exprimării și volumul exprimat.

Nu amesteca lapte exprimat în zile diferite.

Dacă ulterior va fi nevoie de laptele păstrat la congelator, recipientele se vor scoate din congelator în ordinea congelării.

Decongelarea se face prin plasarea la frigider peste noapte a recipientului cu lapte cogenat sau prin plasarea recipientului în apă călduță, pentru o decongelare mai rapidă.

După decongelare, laptele poate fi păstrat la frigider maximum 24 de ore până la consum. Înainte de utilizare, laptele se va încălzi prin plasarea recipientului în apă caldută.

Nu se recomandă utilizarea cuptorului cu microunde pentru decongelarea sau încălzirea laptelui matern.

Laptele neconsumat după încălzire, se va arunca. Încercați să încălziți cantități de lapte cât mai mici după decongelare, pentru că, odată încălzit, laptele decongelat nu este recomandat să se rerefrigereze.

Laptele odată decongelat nu se recongelează.

DRAGĂ MĂMICĂ,

Am început această broșură printr-un cuvânt adresat ție și o încheiem la fel. Bebelușul tău are nevoie de tine și pentru aceasta este necesar ca tu:

- Să încerci să te odihnești între episoadele de colectare a laptelui;
- Să mănânci regulat, chiar dacă grijile îți taie din pofta de mâncare;
- Să bei apă, ori de câte ori îți este sete, dar nici să forțezi lichidele

(consum de lichide mai mult decât îți cere organismul). Nu este adevărat faptul că un consum exagerat de lichide duce la creșterea secreției lactate (chiar dacă se folosește foarte frecvent acest argument);

- Să încerci să îți menții încrederea și optimismul pentru că, în afară de laptele matern, tu mai ai un ingredient unic care îl ajută pe bebeluș să depășească obstacolele:

dragostea de mamă.



Data:

Ora de începere

Timp petrecut

Cantitate de lapte
exprimată

Data:

Ora de începere

Timp petrecut

Cantitate de lapte
exprimată

Data:

Ora de începere

Timp petrecut

Cantitate de lapte
exprimată

Titlul programului: Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 – 2013
Titlul proiectului: „Dezvoltarea competențelor personalului medical specializat privind prevenția, diagnosticarea și tratamentul chirurgical al cardiopatiilor congenitale și dobândite la copii prin utilizarea tehnologiei de vârf. CARDIOPED”
Editorul materialului: Universitatea de Medicină și Farmacie Iuliu Hațieganu Cluj-Napoca
Data publicării: Octombrie/Noiembrie 2015

„Conținutul acestui material nu reprezintă în mod obligatoriu poziția oficială a Uniunii Europene sau a Guvernului României”