



Bonifraterskie
Centrum Medyczne

Czynimy dobro



MAŁY PACJENT WIELKA TROSKA

Przed porodem, w ciąży i po narodzinach – zdrowie
i bezpieczeństwo dziecka

Bonifraterskie Centrum Medyczne



Bezpieczeństwo w opiece nad pacjentem

Bezpieczeństwo to fundament opieki medycznej. Każdy pacjent – a szczególnie najmłodszy – zasługuje na pełną troskę, poszanowanie godności i ochronę zdrowia. Rodzice powierzają nam to, co najcenniejsze – życie i dobro swojego dziecka.

Dlatego w bonifraterskich placówkach medycznych dbamy, by każdy element opieki: diagnostyka, profilaktyka, leczenie i rehabilitacja były prowadzone w sposób bezpieczny i zgodny z najwyższymi standardami.

Bezpieczeństwo nie jest dla nas jednorazowym działaniem, lecz codzienną praktyką i wspólną odpowiedzialnością personelu, rodziców i całego systemu ochrony zdrowia.



Certyfikat akredytacyjny przyznany przez Ministerstwo Zdrowia, jest potwierdzeniem wysokich standardów opieki, bezpieczeństwa pacjentów i kultury jakości, którą wspólnie budujemy każdego dnia w szpitalach Bonifraterskiego Centrum Medycznego.





W oczekiwaniu. Przed porodem i w ciąży – bezpieczny start

Okres ciąży to wyjątkowy czas, kiedy zdrowie mamy bezpośrednio wpływa na rozwój dziecka. Świadome decyzje dotyczące stylu życia, profilaktyki i opieki medycznej są fundamentem bezpiecznego początku życia.



Suplementacja – wsparcie rozwoju

Suplementacja dostarcza składników, których potrzebuje rozwijający się organizm dziecka.

- **Kwas foliowy** – zmniejsza ryzyko wad cewy nerwowej
- **Witamina D3** – dla kości, odporności i metabolizmu
- **Jod** – wspiera prawidłowy rozwój układu nerwowego
- **Kwasy omega-3 (DHA)** – korzystnie wpływają na wzrok i mózg
- **Żelazo i witamina B12** – chronią przed niedokrwistością.

Szczepienia ochronne

Szczepienia w ciąży chronią nie tylko mamę, ale i dziecko, ponieważ przeciwciała wytworzone przez organizm matki przechodzą przez łożysko i zabezpieczają noworodka w pierwszych miesiącach życia.

Szczepienia w ciąży: krztusiec, grypa, RSV, COVID-19 – zabezpieczają mamę i dziecko przed groźnymi infekcjami.

Szczepienia przed ciążą: MMR, ospa wietrzna, WZW typu B – chronią przed chorobami mogącymi poważnie uszkodzić rozwijający się organizm dziecka.

Opieka prenatalna

Regularna opieka prenatalna pozwala na monitorowanie zdrowia mamy i dziecka. Systematyczne wizyty kontrolne oraz badania laboratoryjne umożliwiają wczesne wykrycie problemów i szybkie wdrożenie leczenia. Szczególnie ważne są badania wykonywane w 1., 2. i 3. trymestrze ciąży, które pozwalają ocenić rozwój płodu, wykryć wady wrodzone i monitorować dobrostan dziecka. Dzięki temu możliwe jest odpowiednie zaplanowanie opieki i porodu.

Cowarto zaplanować?

- regularne wizyty lekarskie,
- badania laboratoryjne i prenatalne w każdym trymestrze,
- monitorowanie rozwoju dziecka i przygotowanie do bezpiecznego porodu.

Styl życia i dieta

Styl życia ma ogromne znaczenie dla rozwoju dziecka. Umiarkowany ruch, spacerowanie czy pływanie poprawiają krążenie i dotlenienie. Odpowiednia ilość snu wspiera dojrzewanie układu nerwowego. Brak alkoholu, papierosów i narkotyków chroni dziecko przed zaburzeniami rozwoju i poważnymi wadami. Ograniczenie kofeiny zmniejsza ryzyko niskiej masy urodzeniowej. Utrzymanie właściwej masy ciała w ciąży pomaga uniknąć powikłań, które mogłyby wpłynąć na zdrowie malucha.

Co warto robić, czego unikać?

- uprawiaj aktywność fizyczną dostosowaną do możliwości (w uzgodnieniu z lekarzem),
- stosuj zdrową dietę, unikaj surowego mięsa i ryb, serów z mleka niepasteryzowanego, wątróbki i ryb drapieżnych bogatych w rtęć,
- ogranicz kofeinę,
- **wyklucz alkohol, papierosy, inne używki.**



Po narodzinach – bezpieczeństwo od pierwszych chwil

Wszyscy rodzice chcą, aby ich dziecko było bezpieczne i zdrowo się rozwijało. Jak jednak zapewnić bezpieczeństwo dziecka już od pierwszych chwil?

Szczepienia i witaminy

Organizm dziecka w ciągu kilku godzin od urodzenia zostaje zasiedlony bakteriami, z którymi zetknął się w trakcie porodu.

Dotyczy to głównie skóry i przewodu pokarmowego.

Pierwszym tego objawem jest często widoczna u noworodków wysypka nazywana rumieniem noworodkowym. Zmiany te są wyrazem kolonizacji bakteryjnej gruczołów skórnych. W kolejnych dniach, miesiącach organizm uczy się rozpoznawać i reagować na zagrożenie, jeśli zetknie się z różnymi drobnoustrojami i ich antygenami. Może się to odbywać w sposób przypadkowy, czyli poprzez zetknięcie z drobnoustrojem i „przechorowanie”.



Może się to też jednak odbywać w sposób celowy, czyli wiedząc, jakie zakażenia są dla dziecka groźne, można w sposób kontrolowany podać dziecku niewielką ilość danego drobnoustroju lub jego antygenów przygotowanych tak, żeby układ odpornościowy je poznał i wytworzył odporność bez zachorowania. Takie działanie nazywamy szczepieniem.

Zdecyduj się na wykonanie szczepień ochronnych u Twojego dziecka po urodzeniu. Szczepienia wykonywane w pierwszych dniach życia, przeciwko zapaleniu wątroby typu B (WZW B) i gruźlicy (BCG) są bezpieczne i zapewniają dziecku ochronę przeciwko chorobom, na które nie mamy lekarstwa u najmłodszych niemowląt.

Pamiętaj:

- Szczepienia przeciw WZW B i gruźlicy - chronią przed groźnymi chorobami.
- Witamina K – chroni przed krwawieniami.
- Witamina D – zapobiega krzywicy i wspiera odporność.

Karmienie piersią

Karmienie piersią stymuluje wzrost komórek oraz narządów dziecka, dostarcza wszystkich potrzebnych składników w odpowiednich proporcjach, podnosi odporność, zmniejsza ryzyko wielu chorób. Dodatkowo wpływa na rozwój mięśni twarzy i jamy ustnej, a przez to na rozwój mowy dziecka.

Karm dziecko piersią co najmniej osiem razy na dobę, a jeśli nie jest możliwe karmienie bezpośrednio z piersi, karm odciągniętym pokarmem z butelki najdłużej jak to możliwe. W ten sposób podajesz dziecku przeciwciała, które chronią je, zanim maluch wytworzy wystarczającą ilość własnych przeciwciał.

Mleko kobiece:

- najlepsze źródło składników odżywczych i przeciwciał,
- zmniejsza ryzyko infekcji, alergii, otyłości, cukrzycy,
- obniża ryzyko SIDS

WHO zaleca wyłączone karmienie piersią do 6. miesiąca życia i kontynuację do 2. roku i dłużej.



Bezpieczny sen:

Nie zaleca się układania niemowląt do snu na boku (nie jest to bezpieczne) ani unoszenia podglówka lub całej części łóżka od strony głowy. Takie ułożenie stwarza ryzyko przyjęcia pozycji utrudniającej oddychanie. Dziecko ułożone na plecach nie może chrapać, charczeć czy wydawać innych niepokojących dźwięków przy oddychaniu. Jeśli tak się dzieje, skontaktuj się z położną lub lekarzem.

W czasie snu głowa dziecka nie powinna opadać brodą do klatki piersiowej, ponieważ wtedy może dojść do zamknięcia jego dróg oddechowych. Jeśli tak się dzieje, skontaktuj się z położną lub lekarzem.



Niemowlę starsze, które nauczy się już obracać z pozycji na plecach do pozycji na brzuchu i odwrotnie, należy pozostawiać w pozycji do snu jaką samo przyjęło. Należy jednak zadbać, aby nie mogło się zawinąć w miękką lub luźną pościel lub wtulić twarzy w zabawki pozostawione w łóżeczku.

Niemowlęta należy układać do snu na twardym podłożu przykrytym dobrze naciągniętym prześcieradłem. Należy unikać miękkich materacy (również zrobionych z pianki zachowującej kształt) oraz innych miękkich nakryć na materace (koców, futer, poduszek), w których może się utworzyć trwałe zagłębienie mogące zaburzyć oddychanie dziecka w pozycji na brzuchu. Materacy nie wolno zastępować poduszkami. Łóżko musi być skonstruowane tak, aby dziecko nie mogło wypaść ani zaklinować się w niebezpiecznej pozycji.

Niemowlęta nie powinny rutynowo spać w urządzeniach do tego nieprzeznaczonych, takich jak foteliki samochodowe, wózki, huśtawki, hamaki, nosidełka zwłaszcza w wieku powyżej 4 miesięcy. Jeżeli dziecko uśnie w takim miejscu, należy je w miarę możliwości przenieść na odpowiednią, bezpieczną powierzchnię.

Z uwagi na ryzyko zaklinowania i uduszenia niemowląt nie należy układać do snu na łózkach lub materacach dla dorosłych. Niemowlę, które rodzic zabiera do swojego łóżka do karmienia lub pocieszenia, należy odłożyć do łóżeczka dziecięcego, gdy rodzic jest ponownie gotowy do snu. Im dłużej dziecko dzieli łóżko z inną osobą, tym większe ryzyko SIDS.

Spanie w pokoju rodziców, ale w oddzielnym łóżeczku, zmniejsza ryzyko SIDS nawet o 50%, a pewien efekt ochronny utrzymuje się do ukończenia 1. roku życia. Spanie w oddzielnym pokoju wiąże się z ok. 3 razy większym ryzykiem nagłego zgonu niemowlęcia.

Pamiętaj:

- dziecko śpi na plecach, na twardym materacu,
- bez poduszek, koców i zabawek w łóżeczku,
- najlepiej w pokoju rodziców, ale we własnym łóżeczku,
- ubieraj dziecko adekwatnie, korzystaj ze śpiworka,
- smoczek zmniejsza ryzyko SIDS.

Chroń swoje dziecko:

Nie pal papierosów w mieszkaniu, w którym przebywa dziecko.

W ogóle nie pal papierosów przy dziecku, nawet na spacerze.

Nie pozwól innym osobom na palenie papierosów w Twojej i dziecka obecności.



Palenie przez matkę w trakcie ciąży oraz palenie w otoczeniu niemowlęcia po urodzeniu są głównymi czynnikami ryzyka nagłej śmierci łóżeczkowej.

Ryzyko SIDS jest szczególnie duże, gdy niemowlę śpi w jednym łóżku z dorosłym palaczem, nawet jeśli nie pali on w łóżku.

Nie ma danych potwierdzających związek SIDS z używaniem elektronicznych papierosów, jednak zawarta w nich nikotyna może być związana ze zgonami niemowląt w trakcie snu.

Rozwój dziecka:

Po wypisie ze szpitala należy zacząć układać dziecko w pozycji na brzuchu, na odpowiednio twardej gładkiej powierzchni.

Dziecko powinno być rozbudzone, aktywne i nie może pozostawać bez uważnego nadzoru.

Czas przebywania w tej pozycji początkowo powinien być krótki, następnie należy go stopniowo wydłużać do ≥ 15 –30 minut dziennie w wieku 7 tygodni.



Celem takiego postępowania jest poprawa rozwoju i zapobieganie plagiocefalii ułożeniowej (skośnogłowiu), czyli asymetrycznemu spłaszczeniu główki dziecka, które powstaje na skutek uporczywego układania się dziecka leżącego na plecach, z główką obróconą na jedną stronę.



Dodatkowe zalecenia:

1. *Powiadom wybraną położną o wypisie jak najszybciej, żeby mogła odwiedzić Wasz dom do 2 dni od wypisu.*
2. *Zapisz swoje dziecko do wybranej poradni najpóźniej 3 dni po wypisie ze szpitala.*
3. *Stosuj u swojego dziecka witaminę D, aby zapobiec krzywicy.*
4. *Dopilnuj wykonania szczepień ochronnych swojego dziecka zgodnie z kalendarzem szczepień.*



Rehabilitacja i wsparcie rozwoju dziecka

Każde dziecko rozwija się w swoim tempie, ale czujność rodziców i odpowiednia diagnostyka pomagają wychwycić nieprawidłowości i zapewnić skuteczną terapię.

Bezpieczne formy aktywności ruchowej u dzieci:

U niemowląt:

- ćwiczenia wspomagające rozwój ruchowy (np. obroty, podpory, leżenie na brzuchu)
- zabawy sensoryczne z elementami ruchu
- tor przeszkód na macie

U starszych dzieci:

- ćwiczenia funkcjonalne z elementami zabawy (np. skakanie, czołganie, pełzanie)
- ćwiczenia równoważne i koordynacyjne
- stretching, joga dziecięca
- ćwiczenia oddechowe



Wszystkie ćwiczenia powinny być prowadzone przez fizjoterapeutę dziecięcego lub pod jego nadzorem

Masaż w rozwoju dziecka:

Masaż dziecięcy wspiera rozwój, reguluje napięcie mięśniowe i poprawia relację z opiekunem.

Bezpieczne techniki masażu:

- masaż Shantala – relaksujący, uspokajający, wspiera więź i rozwój sensoryczny
- masaż powięziowy (delikatny) – stosowany w celu regulacji napięcia mięśniowego
- delikatne rozcieranie i głaskanie – u noworodków i niemowląt, szczególnie przy kolkach, napięciach i problemach ze snem
- masaż brzuszka – w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, w przypadku kolek i problemów trawiennych



Każdy masaż powinien być wykonywany przez przeszkolonego terapeutę lub pod jego nadzorem



Sygnaly ostrzegawcze – kiedy warto udać się do specjalisty?

U niemowląt i dzieci młodszych:

- asymetria ułożeniowa, brak aktywności jednej strony ciała
- opóźnienia w osiąganiu kamieni milowych (np. nie podnosi główki, nie obraca się, nie siada)
- wzmożone lub obniżone napięcie mięśniowe
- problemy z karmieniem, częste ulewania
- brak kontaktu wzrokowego, mała reakcja na bodźce

U dzieci starszych:

- częste potykanie się, trudności z koordynacją
- bóle mięśni lub stawów niewyjaśnionego pochodzenia
- problemy z postawą ciała (skolioza, płaskostopie, garbienie się)
- trudności w nauce ruchów złożonych (np. jazda na rowerze)
- nadmierne zmęczenie po niewielkim wysiłku

Ćwiczenia specjalistyczne:

- NDT Bobath- wspomaganie rozwoju ruchowego niemowląt i dzieci z zaburzeniami neurologicznymi
- PNF- wspieranie funkcji ruchowych, m.in. u dzieci z porażeniem mózgowym, osłabieniem mięśniowym
- inne metody specjalne - dobierane indywidualnie do potrzeb pacjenta



Terapia wad postawy:

- FITS – Funkcjonalna Indywidualna Terapia Skolios
- Ćwiczenia korekcyjne – dla dzieci z płaskostopiem, koślawością, wadami kolan i postawy ciała



Wszystkie ćwiczenia powinny być prowadzone przez fizjoterapeutę dziecięcego lub pod jego nadzorem



Nasze placówki



Bonifraterskie
Centrum Medyczne

Bonifraterskie Centrum Medyczne. Szpital Zakonu Bonifratrów pw. Aniołów Stróżów w Katowicach

Oddział Ginekologiczno-Położniczy / Pododdział Ginekologii

Dziecięcej i Dziejczęcej / tel. 32 357 62 69

Oddział Neonatologiczny / tel. 32 357 62 61

Poradnia Ginekologiczno - Położnicza / 32 357 62 66

ul. Ks. Leopolda Markiefki 87, 40-211 Katowice

tel. 32 357 62 69

e-mail: katowice@bcmbonifratrzy.pl

Bonifraterskie Centrum Medyczne. Szpital Rehabilitacyjny i Ośrodek Rehabilitacyjny w Piaskach

Oddział Rehabilitacji Diennej dla Dzieci

ul. Szpitalna 10, 21-050 Piaski

tel. +48 81 582 52 00

e-mail: rehabilitacja-piaski@bcmbonifratrzy.pl

Bonifraterskie Centrum Medyczne - Ośrodek Rehabilitacyjny w Ząbkowicach Śląskich

ul. 1-go Maja 9, 57-200 Ząbkowice Śląskie

tel. +48 575 991 444

e-mail: rehabilitacja-zabkowice@bcmbonifratrzy.pl

Poradnia Ginekologiczno - Położnicza w Warszawie

Przychodnia Specjalistyczna

ul. Sapieżyńska 3, 00-215 Warszawa

tel. 22 390 33 00

e-mail: rejestracja-warszawa@bcmbonifratrzy.pl



Twoje obserwacje:

16



Notatki



Notatki

Opracowanie:

Dr n.med. **Anna Jarosz-Lesz**, Kierownik Oddziału Neonatologicznego Szpitala Zakonu Bonifratrów pw. Aniołów Stróżów w Katowicach

Dr n. med. **Jakub Staniczek**, Kierownik Bloku Porodowego Szpitala Zakonu Bonifratrów pw. Aniołów Stróżów w Katowicach

Dr n med. **Piotr Gibała**, lekarz Oddziału Ginekologiczno-Położniczego Szpitala Zakonu Bonifratrów pw. Aniołów Stróżów w Katowicach

Magdalena Michalska, specjalista fizjoterapii, Kierownik Bonifraterskiego Centrum Fizjoterapii w Ząbkowicach Śląskich



**Bonifraterskie
Centrum Medyczne**

Czynimy dobro

Szpital
ze znakiem jakości



www.bcmbonifratrzy.pl