

Vejledning i pleje og sondemadning af spædbørn indlagt i Neonatalklinikken

Information til forældre



REGION

Neonatalklinikken
Juliane Marie Centret
Rigshospitalet

FORORD

Denne folder er til forældre med spædbørn indlagt på Neonatalklinikken. Forældre er de vigtigste mennesker i det nyfødte barns liv, uanset om barnet er raskt eller sygt, født til tiden eller før termin.

Vi ved, at det kan være svært at have et barn indlagt på en neonatalafdeling. Vi forestiller os, at det for barnet må være endnu sværere at være i en verden fyldt med ukendte ting og mennesker. Det er vores ønske, at forældre under indlæggelsen bliver dem, som igen og igen, tager hånd om barnet, således at både barn og forældre oplever, at de hænger sammen – trods alt.

Et af de områder, der kan bringe barn og forældre sammen, er samværet omkring at blive vasket og få mad.

Det svære for jer som forældre er, at nogle helt almindelige ting bliver gjort på en lidt anden måde, mens barnet er indlagt på hospitalet. Vi har derfor i denne pjece samlet en række anvisninger på, hvordan vi sædvanligvis vasker, plejer og mader barnet under indlæggelsen.

Det vil være situationer, hvor det er bedst for jeres barn, at sygeplejersken står for det meste af plejen. Det kan for eksempel være tilfældet, når barnet er i en kritisk fase af behandlingen, så som hvis han/hun har meget svært ved at trække vejret eller har et meget lavt blodtryk.

Sygeplejersken vil i så fald tale med jer om, hvad hun på baggrund af sin uddannelse og erfaring tænker vil være bedst for jeres barn.

I andre situationer vil I måske synes, at vi forventer, at I har ansvaret for mere, end I magter. Snak med sygeplejersken om, hvordan I gerne vil have det. Måske vil I gerne passe jeres barn med mere hjælp, måske vil I helst bare kigge på, mens sygeplejersken vasker og plejer barnet.

INDHOLD

Hold hænderne rene _____	4
Vask øjnene _____	7
Rens barnets mund og læber _____	8
Masser og børst barnets hovedbund _____	9
Vask og efterse barnets hudfolder og hænder _____	10
Undersøg navlen _____	10
Vask numse og skridt _____	11
Hvis barnet har rød numse _____	11
Hvis der er hul på numsen _____	12
Skal dit barn i bad? _____	13
Flyt saturationsmåleren hver 4. time _____	17
Brug en støttekrans til hovedet _____	17
Læg en duftklud hos barnet _____	17
Skift sengetøj _____	17
Giv mad på sonde _____	18



Hold hænderne rene

Børn indlagt på Neonatalklinikken har ofte et nedsat immunforsvar. Ved at holde hænderne rene undgår vi at bringe smitte til barnet og at videreføre smitte til andre børn og voksne.

Virus og bakterier sidder ikke kun på mennesker, men også på for eksempel vandhaner, sengegavle og bordflader.

Så vær bevidst om hvor dine hænder har været og om de skal rengøres før du rører ved dit barn eller går videre.

Hvis dine hænder er tørre, sprukne eller ru skal du være ekstra omhyggelig med at holde hænderne rene. Du kan holde dine hænder hele ved at bruge en god håndcreme

Vi gør vores hænder rene på to måder;

- ved hånddesinfektion
- ved håndvask.

Inden du kan gøre dine hænder rene, skal du tage ringe, ure og armbånd af.

Hånddesinfektion:

At spritte hænder er lige så effektivt som at vaske hænder. Håndspritten bruger du, når hænderne ikke er synligt beskidte samt efter håndvask.



Du skal spritte dine hænder:

- Før du rører ved dit barn og dit barns ting
- Før du giver dit barn mad
- Efter du har skiftet dit barns ble
- Efter du har hostet, nyst eller pudset næse
- Før du tager noget i de fælles skuffer og skabe
- Før du forlader dit barns stue
- Som det første, du gør, når du kommer ind i mælkekøkkenet
- I forældrekøkkenet før du åbner køleskabet, laver mad og når du sætter dig ved computeren.

Sådan gør du:

- Sørg først for, at dine hænder er rene og tørre. Hvis der er synligt snavs på hænderne, hvis du lige har skiftet dit barns ble eller selv har været på toilettet, skal du starte med at vaske hænder.
- Tryk 2 ml håndsprit ud i hånden. Det svarer til 2 tryk på vægdispenseren.
- Fordel og indgnid spritten overalt på begge hænder; på fingrene, mellem fingre, på håndryggen, på håndfladen og op omkring håndledene.
- Gnid til hænderne er tørre.

Håndvask

Du vasker hænderne, når de er synligt beskidte, og altid efter kontakt med urin, afføring, blod o.lign.



Sådan gør du:

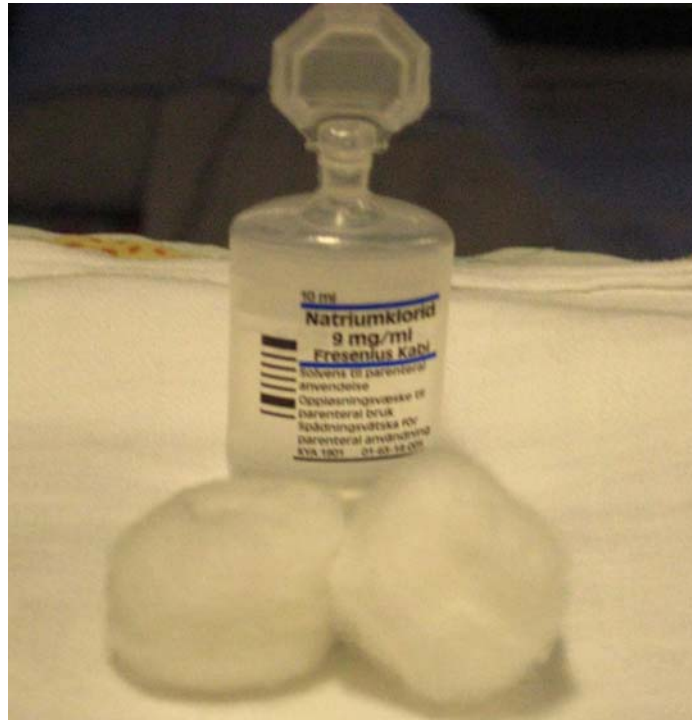
- Gør hænderne våde under rindende vand, koldt eller tempereret.
- Tryk sæbe ud i hånden og fordel den på hver finger, mellem fingre, på håndryggen, håndfladen og omkring håndled.
- Fingerspidser, tommelfingre, fingermellemrum, håndflader og håndled vaskes i mindst 15 sekunder*
- Skyl sæben af under rindende vand, koldt eller tempereret.
- Dup hænderne tørre i engangsservietterne.
- Luk vandhanen med engangsserviet.
- Sprit derefter dine hænder med håndsprit som beskrevet ovenfor



HÅNDVASK-SANGEN
Vaske hænder, vaske hænder,
sæbe på, sæbe på,
hænderne bli'r rene,
neglene bli'r pæne,
gnub og skrub, gnum og skrub



Melodi: Mester Jacob



Vask øjnene

Børn, som har som har meget væske om øjnene, er intuberede eller i NCPAP, eller har øjenbetændelse, har brug for at få rensset øjne med sterilt saltvand.

Sådan vasker du barnets øjne:

- En tot vat fugtes med saltvand (natriumklorid 9mg/ml)
- Tør øjet i et strøg – fra næseroden og udad eller omvendt fra yderste til inderste øjenkrog.
- Vattet kasseres efter hvert strøg. Er der behov for yderligere rensning af øjet, tager du et nyt stykke vat.
- Den åbne saltvandsbeholder kastes bort, når du er færdig med at vaske barnets øjne.



Rens barnets mund og læber

Hold øje med barnets mund og læber og rens dem jævnligt. Munden skal renses med sterilt vand eller modermælk på en vatpind, mindst 3 gange i døgnet, indtil barnet dier fuldt. Under indlæggelsen på Rigshospitalet skal du bruge sterilt vand i stedet for vandhanevand. Årsagen er, at der er et højt kimtal i hospitalets vandhanevand. Beholderen med sterilt vand er kun holdbart til en rensning, så den skal smides ud, når læberne og munden er blevet renseset. De fleste børn synes godt om, at få munden renseset med mors mælk.

Sådan renses du barnets mund og læber

- Væd et gazestykke eller vatpind med sterilt vand eller modermælk og tør gummer, gane og tunge rene for slim.
- Kig efter, om barnet har fået trøske (svamp i munden). Trøske er hvide belægnings, der ikke går af, når du tørrer med en vatpind.
- Smør til sidst læberne med neutral øjensalve.

Rengøring af barnets sutter

For at undgå infektioner skal du dagligt rengøre dit barns sutter i mælkekøkkenet. Vask først sutterne med opvaskemiddel og skold dem derefter med kogende vand.

Masser og børst barnets hovedbund

Barnets hovedbund skal redes, børstes eller masseres med en skumvaskeklud. Formålet er at øge blodcirkulationen og derved forebygge, at der dannes arp (afstødte hudceller og fedt fra talgkirtler rundt om hårene).



Hvis dit barn har fået arp

Hvis dit barn har arp, skal arpen smøres ind i olie. Olien skal sidde natten over. Næste dag kan du rede skorperne ud med en tættekam og vaske barnets hår med en mild baby-shampoo. Det kan være nødvendigt at gentage behandlingen.

Vask og efterse barnets hudfolder og hænder

Hver dag skal barnets hudfolder efterses. Og barnet skal dagligt vaskes i alle hudfolder: Bag ørene, mellem folderne på halsen, under armene og i skridtet. Du skal vaske med lunt vand fra vandhanen. Huden duppes tør, så der ikke dannes svamp eller anden hudirritation.

De små hænder bevæger sig mange steder hen. Vask dem forsigtigt med lunt vand nogle gange om dagen. Brug om nødvendigt en vatpind til at vaske og tørre mellem fingrene.

Undersøg navlen

Hold øje med navlen i forbindelse med bleskift.

Navlestumpen tørrer normalt ud efter nogle dage og bliver hård. Den kan komme til at lugte og væske, uden at der er tale om infektion.

Sådan efterses navlen

- Så længe navlen ikke er helet, efterses den og huden omkring navlen mindst 3 gange i døgnet.
- Hvis der er rødme, skal en sygeplejerske se på det.
- Hvis navlestumpen er snasket, vaskes den med lunkent vand og mild sæbe, hvorefter den tørres grundigt. Der er ingen følelse i navlestumpen, så du skal ikke være bange for at vaske den.

Vask numse og skridt

Sådan gør du:

- Vask numse og skridt med lunt vandhanevand ved hvert bleskift.
- Til større og ældre børn kan det være nødvendigt indimellem at vaske med en mild sæbe.
- Ved meconium (sort eller mørk grøn afføring, som kommer de første dage af barnets liv) kan det hjælpe at smøre med vaseline for at få afføringen af.
- Tør godt i alle folder, inden den rene ble bliver lagt på.

Hvis barnet har rød numse

Hvis barnet har fået rød numse, skiftes bleen hyppigt (hver 3-4 time + ved afføring). Lad eventuelt barnet ligge uden ble på for at lufttørre. Hvis numsen er meget rød eller hudløs, kan det afhjælpes med:

Zinksalve, som stimulerer hudens heling. Salven virker sammen-trækkende og udtørrende, og den absorberes ikke. Salven er vandafvisende og beskytter derfor også numsen. Duppes på den røde hud efter behov. Fjern eventuelle rester med olie eller vaseline, inden du smører salven på igen. Zinksalve er den behandling, man prøver først.

Ichtyol er en salve, der indeholder zink og tjære. Den virker desinficerende, helende og beskyttende på irriteret hud. Duppes på den røde hud efter behov, men ikke på væskende eller akut eksem. Salven er meget "sej", derfor kan det være en fordel for barnet, hvis man smører salven på en klud, og lægger kluden mod barnets numse inden i bleen.

Vær opmærksom på at salven kan smitte af på tøjet.

E-vitaminsalve har en helende virkning. Den kan også bruges forebyggende - men kun til større børn (mature børn), da den trænger ind i huden.

NB!

Hvis dit barn ligger i lys-behandling med numsen bar, skal du ikke smøre numsen, da salven indeholder olie (olie + lys = risiko for forbrænding)

Hvis der er hul på numsen

Hvis der er gået hul på den røde hud, er det for sent med salver. Du kan hjælpe huden med at hele ved at lægge kogtvandsklude på såret. Kluden vil opsuge sår væsken og derved fremme helingen.

Sådan gør du:

- Riv et slidt lagen i små stykker og læg kludene i en beholder med låg (et protesebæger).
- Overhæld kludene med kogende vand og køl af.
- Vask forsigtigt barnets numse ren og dup den tør.
- Smør huden omkring såret med zinksalve.
- Tag med rene, desinficerede hænder eller handsker en klud op og vrid den godt.
- Læg den opvredne klud direkte på såret.
- Skift kluden ved hvert bleskift og kassér efter brug.
- Fortsæt behandlingen, indtil såret er helet op. Skift dagligt vandet i beholderen

Skal dit barn i bad?

Når du overvejer, om barnet skal bades, skal du overveje, om barnet kan klare et bad:

- Har barnet ressourcer til at klare den påvirkning, badet er?
- Hvordan er barnets temperaturregulering? Børn yngre end 30 gestationsuge og/eller mindre end 10 dage efter fødslen kan især have svært ved at holde varmen.
- Når ovenstående faktorer er taget betragtning, afgør man, om barnet skal bades.

Dette skal du bruge, hvis du skal bade barnet:

- Eventuelt en varmelampe
- Badekar med stor plasticpose
- Rullebord til badekarret
- Harmonikaslange til påfyldning af vand
- Termometer
- Håndklæder
- Stofble
- Vaskeklude (skumgummi eller vævede)
- Vatpinde (til at tørre ører og mellem tæerne)
- Kam
- Rent tøj
- Engangsble
- Eventuelt kamera, så I kan få et billede af badet.



Klargøring til badet:

- Alt gøres klart, inden I vækker barnet.
- Badevandet skal være ca. 37 grader varmt. Vandet tappes fra stuens vandhane ved hjælp af harmonika-slangen. Læg eventuelt engangsklude på badevandet, så det holder sig varmt til det skal bruges.
- Undgå helst sæbe, da det nedbryder hudens ph-værdi og udtørre huden. Er barnet mere end 10 dage gammelt, kan der dog bruges en meget mild sæbe.
- Undgå olie, det lukker porrerne i huden, så den ikke kan ånde.
- Ligger barnet i kuvøse, lægger du håndklæderne klar inde i kuvøsen, så de er varme til at tørre barnet. Ligger barnet i vugge, lægger du håndklæderne klar i vuggen. Lad eventuelt en varmelampe stå tændt over vuggen, mens du bader barnet.

Sådan bader I barnet

- Check badevandets temperatur.
- Væk barnet og tag tøjet af det. Hvis barnet har afføring, vaskes numsen.
- Svøb barnet i en stofble, og sænk langsomt barnet ned i vandet med bleen omkring sig. Hold barnet, så nakken hviler mod dit håndled/underarm, og din hånd holder om barnets modsatte arm i et fast greb. Din anden hånd bruges til at støtte barnets ryg og numse, mens det løftes ned i vandet
- Barnets krop og baghoved skal være dækket af vand for at mindske varmetabet.
- Lad barnet støtte fødderne mod væggen på badekaret, så det mærker en afgrænsning.
- Vask barnet med klude eller snipper af bleen – start i ansigtet.
- Et bad behøver kun at vare 5 min, stop før, hvis barnet virker overbelastet.
- Tag barnet op af badet – lad stofbleen blive tilbage i vandet – og læg barnet i de varme håndklæder i vuggen eller kuvøsen.
- Tør hoved og krop grundigt, hvorefter det våde håndklæde fjernes, da barnet taber meget varme til et vådt underlag.
- Tør dernæst barnet i alle folder; ører, hals, armhuler, lyske for at forebygge udvikling af svamp. Vatpinde er gode til at tørre mellem tæerne.
- Det er sædvanligvis ikke nødvendigt at smøre huden med creme. Er der revner, kan man blødgøre huden med en creme, der har et stor vandindhold og er uden parfume.



Silas får sit første bad svøbt i en stofble



Emma er så stor at hun kan klare badet uden at være svøbt

Flyt saturationsmåleren hver 4. time

Husk at flytte saturationsmåleren mindst hver 4. time for at undgå tryksskade. For at huske det, kan det være en ide, at gøre det hver gang I skifter bleen.

Brug en støttekrans til hovedet

For at forebygge at barnet får et fladt hoved, kan du lægge dit barn på ryggen og støtte hovedet med en krans. Bed sygeplejersken vise dig, hvordan du laver en støttende krans til hovedet.

Brug kun kransen, når barnet er vågent, og du holder øje med det. Når barnet sover, skal du fjerne kransen, da barnet skal kunne dreje sit hoved frit, hvis det skal gylpe.

Læg en duftklud hos barnet

For at dit barn har dig hos sig hele tiden, kan du lægge en duftklud hos barnet, når du går.

Sådan gør du:

- Bær en klud (det kan være et stoflommeørklæde, et tørklæde eller en af hospitalets babyundertrøjer) mod din hud, så den kommer til at dufte af dig.
- Lig eventuelt med et par klude om natten og tag dem med til dit barn i en plastpose.
- Husk, at fortælle barnets sygeplejerske, at der er duftklude til barnet.

Skift sengetøj

Dit barns sengetøj skal skiftes efter behov. Tænk på at holde den dyne, du bruger om dit barn, når han/hun sidder hos dig, ren. Opbevar den i dit barns kuvøse eller i en plastpose i den hvide holder på væggen.



Giv mad på sonde

Sondemadning er en procedure, som indeholder visse faremomenter. Det er derfor vigtigt, at du flere gange gennemgår proceduren med en sygeplejerske, før du selv begynder at give sondemad.

Sådan gør du:

1. Kontrol af sondens placering og vurdering af maveindholdet.

Check, at markeringen på sonden sidder ved barnets næsefløj. Hvis markeringen sidder lidt fra næsen, kan du forsigtigt skubbe sonden ned, så den ligger rigtig. Hvis den sidder langt fra næsen, skal du have hjælp af sygeplejersken.

Fyld $\frac{1}{2}$ -1 ml luft i sprøjten og sæt sprøjten på sonden.

Sprøjt luften ned og træk derefter forsigtig stemplet tilbage. Hvis der kommer mælkerester eller mavesaft, er det udtryk for at sonden er korrekt placeret.

Hvis der ikke er mavesaft, skal du trække tilbage i stemplet, indtil der dannes vakuum (dvs. at du mærker modstand i sprøjten når du trækker i stemplet). Nogle gange kan du trække meget luft op (10-40 ml, afhængigt af barnets størrelse), inden der dannes vakuum.

Hvis der hverken er vakuum eller mavesaft, skal du bede om hjælp hos sygeplejersken.

Hvis maveindholdet har en anden farve end den normale klare eller mælkede kulør, skal du have sygeplejersken til at se på det.

Hvis du kan trække mere end et par ml mælk eller mavesaft op, skal du aftale med sygeplejersken, hvor meget af det planlagte måltid dit barn skal have.

2. Selve måltidet.

Sprøjten – uden stempel – sættes på sonden, og den opvarmede mælk hældes i den. For at få mælken til at løbe, er det nødvendigt at give et skub med stemplet. Mælken løber ned i maven ved hjælp af tyngdekraften. Hastigheden er afhængig af sondens størrelse og den højde, som sprøjten holdes i. Den reguleres ved at ændre sprøjtenes placering. Jo højere sprøjten er placeret, jo hurtigere vil mælken løbe.

I nogle situationer kan du give barnet sondemad med stemplet placeret i sprøjten (for eksempel hvis barnet er meget uroligt, eller hvis du er alene om at give måltidet og gerne vil kunne lægge barnet til brystet samtidigt med, at det får sondemaden).

Når stemplet er placeret i sprøjten, kan du langsomt sprøjte mælken ned i barnets mave ved at trykke på stemplet.

For at undgå kvalme og gylpen må mælken ikke gives hurtigere end barnets mave kan klare det. Typisk vil det tage mellem 5 og 20 minutter at give et sondemåltid (et barn født til tiden vil ofte spise et måltid ved brystet i løbet af omkring 20 minutter).

Hold øje med dit barn under hele måltidet, dels for at sikre at sonden ikke flytter sig under måltidet (glider op

eller barnet rykker den op), dels for at kunne opdage om barnet er forkvalmet, gylper eller kaster op. Hvis barnet hiver i sonden, er forkvalmet, gylper eller kaster op, sænker du sprøjten og holder en pause. Bed sygeplejersken hjælpe dig med at sikre, at sonden ligger korrekt, inden du fortsætter måltidet.

3. Afslutning af sondemåltidet

Sonden renses for mælk ved at sprøjte 1-2 ml luft gennem den ved måltidets afslutning. For at forhindre tilbageløb klemmer du sonden sammen, inden du fjerner sprøjten og lukker sonden.

Barnet skal være i ro i ca. 15-20 minutter efter måltidet for at undgå at det kaster op eller gylper. Det vil sige, at hvis du sidder med barnet, skal du blive siddende i mindst 15 minutter, efter at du er færdig med at give barnet mad. Hvis barnet får sin mad, mens det ligger i kuvøsen eller vuggen, vil vi foreslå, at du bliver hos barnet en tid og støtter det i at finde ro. Nogle børn ligger og "møver" en tid efter et måltid. Du kan hjælpe barnet med at finde ro ved at holde om det og eventuelt ved at give det sutten.

Et par FIF

Lad dit barn sutte på en narresut eller brystet under måltidet. Det stimulerer spytdannelsen og hjælper dermed fordøjelsen. Suttebevægelsen forplanter sig også nedad, så mavesækken begynder at tømmes i løbet af måltidet, og maden begynder at vandre ned gennem tarmene. Desuden lærer barnet, at det får maven fyldt og bliver mæt, når det sutter.

Hvis dit barn ligger og presser sidst i måltidet, kan det også være nødvendigt at isætte stemplet til sidst, så barnet ikke hele tiden presser maden tilbage op i sprøjten.



Neonatalklinikken
afsnit 5021/5023/5024 - opgang 5, 2. sal
Juliane Marie Centret, Rigshospitalet
Blegdamsvej 9
2100 København Ø

Telefon: 35 45 50 23
E-mail: neonatal@rh.regionh.dk
Web: www.neonatal.rh.dk

Forfattet af sygeplejerske Dorthe Mai og sygeplejerske Mette Louise Knudsen i samarbejde med kommunikationsrådgiver Linda Svenstrup Munk og hygiejnesygeplejerske Helle Neustrup
Oktober 2009