



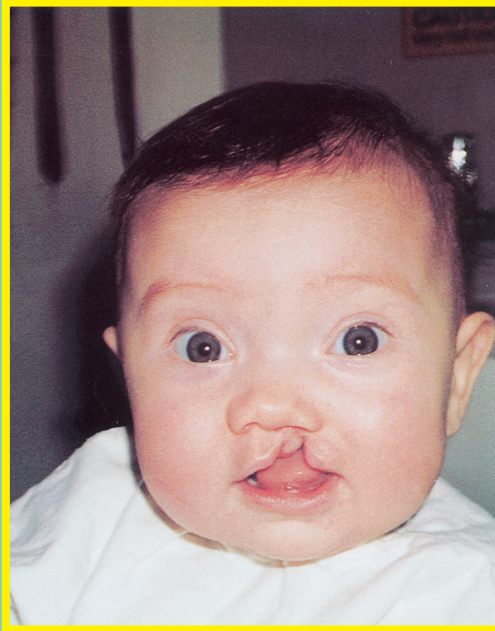
CLEFT LIP AND PALATE ASSOCIATION



CLAPA

Stowarzyszenie charytatywne

Nr rejestracji 1108160



POMOC W KARMIENIU





Niniejsza ulotka została napisana w celu wskazania niektórych sposobów w jaki możesz pomóc swemu niemowlęciu, aby czas karmienia sprawiał Wam obojgu przyjemność. Nie może ona zastąpić pomocy jaką Ty i Twoje dziecko powinniście otrzymać od pracowników szpitala położniczego i pielęgniarek wyspecjalizowanych w rozszczepach, oraz od innych członków zespołu opiekującego się Twoim dzieckiem.



POMOC W KARMIENIU NIEMOWŁĄT URODZONYCH Z ROZSZCZPEM WARGI I/LUB PODNIEBIENIA

Niemowlęta spędzają większość swych pierwszych tygodni życia na jedzeniu i spaniu. Jedzenie nie tylko zaspokaja głód i pragnienie, ale również jest to czas kontaktu z otoczeniem, gdy dziecko jest najbardziej rażne oraz gdy niemowlę i rodzice zaczynają się nawzajem poznawać. O ile Twój noworodek nie ma innych problemów zdrowotnych, nie zachodzi żadna potrzeba rozdzielenia Cię od Twego dziecka w czasie tych pierwszych kilku tygodni po porodzie.

Aby pożywiać się, niemowlęta używają całego zbioru odruchów, który dany jest wszystkim dzieciom urodzonym po pełnym czasie rozwiązania ciąży. Ażeby móc żywić się w wydajny sposób, konieczne jest by niemowlęta mogły wytworzyć w ustach próżnię i ułożyć język we właściwej pozycji. Próżnia wytwarzana jest przez zaciśnięcie warg wokół brodawki sutkowej lub smoczka oraz przez zamknięcie tyłu jamy ustnej przy użyciu podniebienia miękkiego. Kombinacja prawidłowych odruchów i próżni sprawi, że mleko zostanie wysrane z butelki w przypadku karmienia butelką, a przy karmieniu piersią stanie się to przez właściwe umiejscowienie brodawki sutkowej i utrzymanie jej na tyle języka.

Niemowlęta urodzone z rozszczepem mogą mieć trudności w połączeniu naturalnych odruchów z próbami wytworzenia próżni, co może utrudnić karmienie. Dzieci urodzone z zespołem Pierre'a Robina mają małą szczękę dolną (żuchwę) oraz język, który w pierwszych miesiącach życia jest usytuowany z tyłu jamy ustnej. Może to utrudniać im oddychanie i połykanie w pierwszych 3 – 5 miesiącach życia.

Sposoby pomocy mogą obejmować:

- Z pomocą specjalisty od karmienia nauczenie się rozpoznawania różnicy pomiędzy cichym ssaniem smoczka, podczas którego dziecko tylko oddycha i ssi, a efektywnym ssaniem, podczas którego dziecko koordynuje odruch ssania, oddychania i połykania.

- Inne podejście do karmienia piersią, w czym będzie Ci mógł doradzić specjalista od karmienia.
- Smoczek o innym kształcie, z większymi dziurkami lub z dziurkami w innych miejscach.
- Inna butelka, na przykład zrobiona z miękkiego plastiku, którą można naciskać by pomóc w uchodzeniu mleka, lub też butelka z dokręcaną łyżeczką i smoczkiem.
- W rzadkich przypadkach dzieci, które mają również małą szczękę, używanie na początku cienkiego drenu wiodącego do żołądka przez nos lub usta.

Niemowlęta z rozszczepem podniebienia i z innymi trudnościami mogą potrzebować specjalistycznej pomocy. Jeśli niemowlę karmione jest poprzez dren przez dłuższy czas, dobrze jest o tym poinformować zespół medyczny zajmujący się rozszczepami, ponieważ niektóre zespoły uważają, iż ważne jest nie opóźniać ssania, chyba że jest na to powód medyczny.

Niemowlęta z rozszczepem mogą połykać przy karmieniu więcej powietrza, zwłaszcza gdy strumień mleka jest zbyt wolny lub zbyt szybki, co objawia się niebieskim "wąsikiem" na górnej wardze, ospałością lub zwracaniem części pokarmu.

Jeżeli tak się dzieje, pomoc może zrobienie dwóch lub trzech przerw w karmieniu, aby dziecku się odbiło.

Wszystkie niemowlęta tracą do 10% masy urodzeniowej ciała, ale zwykle odzyskują ją w przeciągu dwóch lub trzech tygodni. Jeżeli niemowlę moczy od pięciu do sześciu pieluszek dziennie, gdy regularnie pracują mu kiszki i o ile jest zdrowe i rażne, oznacza to, że jest karmione wystarczająco.



Każda matka i jej niemowlę są jedyne w swoim rodzaju, niemożliwe jest więc spisać dokładne reguły postępowania przy karmieniu. Niektóre niemowlęta jest karmić łatwo, inne natomiast, nawet gdy mają tego samego typu rozszczep, potrzebują dłuższego czasu, by znaleźć odpowiadający im sposób pożywiania się. Spróbuj poświecić trochę czasu na znalezienie wygodnej dla siebie pozycji i zrelaksowanie się. Daj swemu dziecku wystarczająco długą próbę jednej metody karmienia, zanim spróbujesz innej alternatywy. Zanotuj sobie, kto z zespołu zajmującego się rozszczepami pomaga Ci w karmieniu i zwróć się do nich jeśli masz jakiegokolwiek pytania.

Dzieci z rozszczepem wargi

Karmienie piersią

Niemowlę z rozszczepem wargi można zwykle karmić piersią. Czasami może zaistnieć problem z uformowaniem szczelności pomiędzy piersią a wargą ale, w zależności od rodzaju rozszczepu, można zwykle wypełnić lukę piersią. Odgłos syczenia oznacza zwykle, że do ust dziecka dostaje się powietrze, a więc spróbuj zmienić mu pozycję przy piersi. Ażeby utrzymać pozycję brodawki sutkowej na tyle języka pomocne może być trzymanie piersi ręką w ustach niemowlęcia. Małe zmiany w próżni mogą spowodować, że brodawka sutkowa przesunie się powoli na przód jamy ustnej, powodując nieefektywność karmienia. Możesz poprobać ułożyć dziecko w innych pozycjach i poprosić o pomoc osoby z doświadczeniem karmienia niemowląt z rozszczepem. Pomaga też dobry przepływ mleka i aby go osiągnąć należy masować pierś lub używać odciągacz pokarmu. Będzie Ci mogła w tym pomóc położna. Staraj się pamiętać, że i dzieci bez rozszczepów mają czasami problemy z wydajnym karmieniem.

Są również ulotki napisane specjalnie dla matek, które chcą karmić swe niemowlęta z rozszczepem piersią (zobacz nagłówek "Inna Pomoc" na stronie 8).

Karmienie butelką

Aby dziecko mogło pożywiać się w sposób wydajny i przy karmieniu butelką potrzebna jest szczelność warg. Niektóre niemowlęta pożywiają się dobrze przez normalną butelkę z miękkim smoczkiem, choć dziurka może być powiększona lub zrobiona w innym miejscu. Można to zrobić przy użyciu wysterylizowanej igły lub spinacza potrzymanych w płomieniu aż zrobią się czerwone. Upewnij się, aby igła trzymana była w płomieniu co najmniej przez minutę, tak żeby naturalny węgiel wytworzony na metalu przy podgrzewaniu mógł się wypalić.

Ważne jest, by wspomagane karmienie specjalną miękką butelką odbywało się jedynie wtedy, kiedy dziecko ssie. Ściskanie butelki gdy dziecko odpoczywa może spowodować zakaszlanie się. Pielęgniarka wyspecjalizowana w tej dziedzinie pomoże Ci zidentyfikować częstotliwość pomocy potrzebnej Twemu niemowlęciu.

Odbijanie się

Wszystkie niemowlęta potrzebują pomocy w odbijaniu i również Twoje dziecko da Ci sygnały, że jest mu niewygodnie. Jeżeli strumień mleka jest odpowiedni, Twoje dziecko nie nałyka się więcej powietrza niż normalnie. Jeśli wydaje Ci się, że ma wzdęcie, spróbuj przerwać karmienie 2 lub 3 razy, by mu się odbiło.

Po operacji wargi

Można ponownie zacząć karmienie piersią lub butelką. Jednakże niektórzy chirurdzy zalecają karmienie dzieci przy użyciu przez pewien czas kubka i łyżeczki. Niektóre zespoły medyczne obawiają się, że ssanie smoczka może zepsuć zrobioną przez nich naprawę. Poproś o poradę swój zespół zajmujący się rozszczepem, aby Twe dziecko mogło przyzwyczaić się do jakichkolwiek zmian jeszcze przed operacją.



Dzieci z rozszczepem podniebienia lub wargi i podniebienia

Rozszczep podniebienia oznacza, że Twoje niemowlę może mieć problemy ze skutecznym ssaniem ponieważ nie może wytworzyć w ustach odpowiedniej próżni, ani ułożyć prawidłowo języka. Dzieci urodzone z samym rozszczepem podniebienia mogą być trudniejsze do karmienia niż te urodzone z rozszczepem wargi lub wargi i podniebienia. W rzadkich przypadkach konieczne może być karmienie przy użyciu rurki nosowo-gastrostomijnej w połączeniu z karmieniem butelką lub piersią w pierwszych dwóch miesiącach życia.

Protezy

Nie wszystkie zespoły zajmujące się rozszczepami wierzą w korzyści używania od urodzenia protez dentystrycznych do karmienia i protez ortopedycznych, a więc zapytaj się czy i dlaczego proteza może być uważana za konieczną dla Twego dziecka. Niektóre zespoły stosują do karmienia małą płytkę podniebienną, która przykrywa sklepienie jamy ustnej. Może być ona przygotowana przez Twego ortodonta aby:

- Pomóc w karmieniu piersią
- Ochraniać delikatną tkankę sklepienia podniebienia Twego dziecka
- Powstrzymać język dziecka od dotykania rozszczepu

Specjalna proteza ortopedyczna może zostać użyta przed operacją w celu rozpoczęcia stosowania nacisku prowadzącego do zamknięcia i wyrównania rozszczepu. Protezy (obturatory) muszą być sprawdzane i dopasowywane w pewnych odstępach czasu, dlatego też ortodonta będzie chciał widywać Twoje dziecko regularnie.

Pokarm przedostający się do jamy nosowej

Jeżeli pokarm płynie zbyt szybko, mleko może przedostać się do nosa i spowodować kichanie, a czasami trochę mleka może przedostać się przez nos, gdy dziecko zwraca pokarm. Dziecko samo pozbędzie się tego pokarmu, ale zaopatr się w chusteczki czy śliniak!

Higiena jamy ustnej

W pierwszych 2 miesiącach życia niemowlęta nie wytwarzają dużej ilości śliny. Dzieci karmione butelką mogą wymagać 2/3 łyżeczki ochłodzonej przegotowanej wody po karmieniu, aby zapewnić usunięcie resztek mleka z drogi oddechowej nosa. Mleko pozostające w jamie nosowej sprawi, że dziecko będzie sapać. Używanie wody nie jest konieczne w przypadku dzieci karmionych piersią bowiem mleko z piersi nie pozostawia podobnych nalotów.

Karmienie piersią

Karmienie piersią dziecka z rozszczepem podniebienia jest możliwe i idzie dobrze, gdy rozszczep jest mały lub wąski. Pierś należy włożyć dobrze w miejsce, gdzie jest podniebienie tak, aby dziecko mogło porządnie ją uchwycić i zacząć poruszać językiem. Dziecko urodzone z rozszczepem podniebienia będzie potrzebować pomocy w dobrym “przyssaniu się”. Będzie Ci mogła w tym pomóc wyspecjalizowana pielęgniarka.

Jeśli Twój noworodek będzie mógł nabrać wprawy w ssaniu z miękkiej piersi w pierwszych dniach, łatwiej Ci będzie znaleźć pozycję dogodną dla Was obojga, a Twe dziecko skorzysta z cennej siary. Po 2 – 4 dniach po porodzie, kiedy piersi napełnią się mlekiem, niemowlę będzie miało naturalnie więcej problemów z pożywianiem się.



Dobrze jest, gdy strumień mleka jest mocny, ponieważ dziecko może nie mieć wystarczającej siły ssania, aby stymulować przepływ. Przepływ mleka może być powiększony poprzez masowanie piersi lub używanie odciągacza pokarmu. Położna będzie mogła pokazać Ci jak należy masować piersi i ściągać pokarm ręcznie jeśli nie można tego zrobić odciągaczem. Po karmieniu, z piersi należy odciągnąć więcej mleka, aby zapewnić jej wystarczającą stymulację.

Dziecko zaspokaja swoje pragnienie na początku ssania, a głód ssąc mleko drugiej fazy, które zawiera więcej kalorii. Może zaistnieć potrzeba dodatkowego dokarmiania Twego niemowlęcia przy użyciu mleka odciągniętego z piersi ponieważ ssanie może nie dawać mu wystarczającej ilości mleka dla zapewnienia mu odpowiedniego rozwoju.

Jeśli Twe dziecko nie umie ssać mleka z piersi przed operacją podniebienia, możliwe jest, przy dużym zaangażowaniu, dać mu do spróbowania przez polizanie mleka wyciśniętego na brodawkę sutkową, jednocześnie karmiąc je odciągniętym mlekiem inną metodą. Wielu z rodziców czuje się bardzo usatysfakcjonowanymi tym sposobem karmienia.

Istnieje kilka innych metod karmienia kubkiem i łyżeczką, kieliszkiem oraz różnymi dodatkowymi sposobami. Można wypożyczyć odciągacz do mleka i karmić dziecko pokarmem matki. Porozmawiaj z położną, z doradcą od spraw karmienia zespołu medycznego lub z jednym ze specjalnie przeszkolonych rodziców reprezentujących stowarzyszenie CLAPA.

Podejmuj decyzje czy kontynuować z karmieniem piersią tydzień po tygodniu, po ocenie danej sytuacji.

Mleko z piersi nie podrażnia delikatnej tkanki w nosie i gardle tak, jak to robi mleko modyfikowane, oraz pomaga ono zmniejszyć ryzyko powstania problemów z uszami.

Są również ulotki napisane specjalnie dla matek, które chcą karmić swe niemowlęta z rozszczepem piersią (zobacz nagłówek "Inna Pomoc" na stronie 8).

Karmienie butelką

Wiele dzieci potrzebować będzie dodatkowej pomocy, aby zapewnić im pobranie wystarczającej ilości pokarmu w możliwym do przyjęcia czasie, na przykład 30 – 40 minut. Potrzebny będzie Ci smoczek, który dziecko będzie mogło dobrze uchwycić oraz mocny strumień mleka. Można używać zwykłej butelki, choć możliwe jest, że trzeba będzie powiększyć dziurkę lub dziurki w smoczku albo przekłuć dziurki dodatkowe (by sprawdzić jak to zrobić, zobacz stronę 4).

Jeśli Twe niemowlę je bardzo powoli, konieczne może być poeksperymentowanie z różnymi rodzajami smoczków, jako że niektóre dzieci lepiej dają sobie radę z jednym wybranym rodzajem, na przykład ze smoczkami o kształcie ortopedycznym. Przy użyciu tego typu smoczka najlepiej jest umiejscowić dziurkę w smoczku w jamie ustnej po stronie, gdzie nie ma rozszczepu i trochę w kierunku języka tak, aby strumień mleka był kierowany w dół i z dala od rozszczepu.

Niektóre niemowlęta porzebuja miękkiej butelki, która może być lekko ścisnana podczas ssania, aby pomóc w przepływie mleka. Ten sposób może Ci zapewnić większą kontrolę nad strumieniem mleka niż powiększona dziurka. W większości przypadków możliwe jest trzymanie dziecka w normalnej pozycji do kołysania. Dzieci urodzone z samym rozszczepem podniebienia mogą być tulone i karmione kładąc je na boku.

Niektóre niemowlęta nie mają wystarczającej energii by ssać przez smoczek i w takich przypadkach metoda karmienia kubkiem i łyżeczką może być bardziej odpowiednia. Karmienie łyżeczką przymocowaną do miękkiej butelki (na przykład takiej jak butelka z łyżeczką Softplas) wymaga mniej energii ze strony dziecka.



Karmienie po operacji podniebienia

Wiek dziecka, kiedy wykonuje się operację podniebienia, może różnić się w zależności od szpitala i od typu operacji, których podejmuje się Twój chirurg. Może to oznaczać, że Twe dziecko będzie już odstawione od piersi, ale nadal może używać butelki do picia mleka i innych płynów.

Niektórzy chirurdzy zalecają aby nie używać butelki po operacji podniebienia, a więc poproś swój zespół o radę ponieważ konieczne może być przyzwyczajenie Twego dziecka przed operacją do używania butelki z łyżeczką lub kubka z pokrywką i krótkim dziubkiem. Tak samo może być też ze smoczkiem.

Wprowadzenie stałych pokarmów

Stałe pokarmy zaczyna się zwykle wprowadzać do diety dziecka w wieku około 4 miesięcy. Dokładny moment będzie zależał od Twego dziecka i nie jest inaczej w przypadku dziecka z rozszczepem. Tekstura pokarmu musi odpowiadać etapowi rozwoju Twego dziecka. Zwykle należy zaczynać od przecierów, a w wieku 6 – 9 miesięcy wprowadza się jedzenie rozgniecione. Nie wahaj się poprosić o poradę wyspecjalizowanej pielęgniarki. Opóźnienia w tym zakresie mogą prowadzić do późniejszych problemów z wprowadzaniem domowego jedzenia. Tak jak przy mleku, jedzenie może wchodzić do jamy nosowej dziecka i przyprawiać je o kichanie. Może być to dla dziecka niepokojące, ale nie przejmuj się tym zbyttnio i zaopatrz się w chusteczki czy też śliniak by pozbyć się resztek jedzenia! Dziecko prędko nauczy się dawać sobie radę. Zakończ posiłek łykiem napoju aby pomóc dziecku pozbyć się resztek jedzenia z okolicy rozszczepu.

Problem z wydostawaniem się jedzenia przez nos może być rozwiązany przez zmianę tekstury jedzenia: rzadki przecier – gęsty przecier – jedzenie rozgniecione – potrawy do jedzenia palcami.

Gdy wprowadza się kubek treningowy, niektóre ze szpitali wolą, by rodzice używali kubka z miękkim lub krótkim ustnikiem, aby zapobiec przeszkodom w gojeniu się podniebienia po operacji. Twemu dziecku może być trudno ssać z kubka o systemie zapobiegającym rozlewaniu się – może tu pomóc wywiercenie w przykrywce małej dziurki.

Porady ogólne

Rozszczep wargi może rozciągać się na dziąsło i kość szczękową, w której rozwijają się zęby. Może to spowodować, że zęby przednie rosną powykręcane i w nieodpowiedniej pozycji. Bardzo ważne jest, by Twe dziecko miało mocne zęby ponieważ konieczne może być ich wyprostowanie. Możesz w tym pomóc przez ograniczenie swemu dziecku cukru, unikanie słodkich napojów oraz przez podawanie leków bez dodatku cukru i witamin przy posiłku.

Gdy zaczynasz wprowadzać stałe pokarmy, staraj się stosować urozmaiconą i zrównoważoną dietę. Dentysta będzie mógł Ci doradzić co do dodawania kropli fluorku. Zależec to będzie od ilości fluorku dodawanego do wody w Twym rejonie.



Inna pomoc

Ulotka o karmieniu piersią:

Karmienie dziecka z rozszczepem wargi lub podniebienia (ulotka nr 122)

La Leche League

PO Box 29

West Bridgeford

Nottingham NG2 7NP

Tel: 0115 9455772

Butelki i smoczki

Butelki i smoczki mogą być dostępne w Twym szpitalu położniczym, u specjalisty od karmienia z Twego zespołu medycznego lub też od lokalnej grupy CLAPA.

Można je również kupić w:

CLAPA

First Floor, Green Man Tower

332b Goswell Road, London EC1V 7LQ

Tel: 020 7833 4883 Fax: 020 7833 5999

e-mail: info@clapa.com

strona internetowa: www.clapa.com

Darmowy katalog oraz cennik wysyłane są na żądanie.

Z pytaniami o inne pozycje literatury stowarzyszenia CLAPA oraz o lokalne grupy proszę zwracać się na powyższy adres.

CLAPA wdzięczna jest specjalistycznym pielęgniarkom z Manchesteru i Nottingham za ich pomoc w napisaniu tej ulotki.

