**Особенности ухода за недоношенным ребенком**

Многие, как только узнают, что у них будет ребенок, сразу же начинают высчитывать приблизительную дату появления малыша на свет. Но иногда, по разным причинам, случается так, что кроха немного «торопится» - рождается недоношенным.

1. **Особенности недоношенных детей. Важность специального ухода за ними**

Недоношенный ребенок – это новорожденный с весом менее 2,5 кг и ростом менее 45 см. Он появился на свет до 38 недель беременности.

**Четыре степени недоношенности:**
I. Вес 2-2,5 кг, рост 36-37 см.
II. Вес 1,5-2 кг, рост 32-35 см.
III. Вес 1-1,5 кг, рост 31-28 см.
IV. Вес менее 1 кг, рост меньше 28 см.

Такие малыши очень отличаются от родившихся вовремя. Это незрелые детки, они нуждаются в особом уходе. Младенцы не успели полностью сформироваться в материнской утробе, их кожа очень тонкая, а косточки хрупкие. Подкожный жир практически отсутствует. Активность недоношенного ребенка – пониженная. Отмечается также недоразвитость мышц и основных рефлексов.

Детеныш пока не совсем готов к новому миру. Основные причины – незрелость органов и систем. Обычная проблема у недоношенных деток – несовершенство дыхательной, пищеварительной и нервной систем. Недостаточность терморегуляционных механизмов приводит к тому, что крохи легко переохлаждаются. У них слабый иммунитет, эти дети восприимчивы к любым инфекциям.

Первое время недоношенный ребенок находится в больнице, где медперсонал создает ему специальные условия. Но когда младенец попадает домой, таких условий там нет. Теперь ответственность за его выхаживание целиком лежит на родителях. От них зависит, как быстро кроха «догонит» сверстников.

Всего пару десятков лет назад у детей с весом менее килограмма не было никаких шансов выжить. Их даже никто не пытался спасать… Такие дети считались нежизнеспособными. Сейчас, с помощью современного оборудования и усилий специально подготовленного персонала, это вполне возможно.

Очень важными в этом вопросе являются усилия, прикладываемые родителями крохи. Требуется огромное терпение. Необходимо создание максимально комфортных для недоношенного ребенка условий. Нужно помочь малышу адаптироваться, чтобы он постепенно смог привыкнуть к тем новым условиям, в которых оказался.

1. **Помощь родителей в адаптации**

Чтобы недоношенный ребенок развивался быстрее, врачи советуют следующий способ. Он называется «метод кенгуру». То есть, кроха основное время проводит на животе у мамы, или у ее груди. Происходит так называемый непрерывный телесный контакт.

Малыш будто бы опять попадает в привычные условия, когда он был в утробе матери. Это хорошо также для регуляции тепла, да и для общего развития младенца. Он лучше спит и неплохо прибавляет в весе.

Но недоношенный ребенок такой хрупкий, нежный и маленький! Родители лишний раз боятся его взять на руки, опасаясь неосторожных движений...

Это небезопасно. Ведь если неправильно держать младенца, возможны следующие неблагоприятные последствия:

* Изгибы позвоночника у малыша могут сформироваться неправильно.
* У младенца возникнет избыточный или недостаточный мышечный тонус.
* Ребенок будет отставать в моторном развитии и т.п.

Да и самой маме тоже неудобно носить кроху весь день на руках.

1. **Решение проблемы адаптации**

Сегодня имеется немало приспособлений для комфортного пребывания родителей вместе с малышом - слинги, переноски, коконы, и т.п.

**Топпончино** - мягкий и безопасный матрасик для переноски младенцев, создающий эффект объятий. Ребенок в нем спокойно спит, не просыпаясь при перекладывании в кровать, так как при этом не меняется температура окружающей среды. Это особенно актуально для выхаживания недоношенных детей, которые страдают от несовершенной терморегуляции.

Врачи длительное время могут наблюдать за недоношенным ребенком. Поэтому обязательно нужно периодически посещать невропатолога, а также некоторых других специалистов. Таких ребятишек приходится часто привозить к медикам, на консультации или обследования.

Находиться в длинной очереди к врачу, держа на руках малыша, очень нелегко. Да и ребенку тоже некомфортно - вокруг чужие люди. Малыш ведет себя беспокойно, даже может плакать. Это очень тяжелое испытание для мам с малютками!

Но если мамочка, подготовившись, возьмет с собой **топпончино**, гораздо удобнее будет им обоим! Руки у нее не устанут от напряжения. Можно будет покормить ребенка. Кроха будет лежать смирно, даже может поспать. И в кабинете у врача всем будет спокойнее. К тому же, можно положить младенца не на холодный столик или кушетку, а на тот же матрасик.

1. **Домашний уход за недоношенным ребенком**

**4.1.** Не допускайте сквозняков! Желательно, чтобы температура окружающей среды была 22-25 градусов и выше. Недоношенного ребенка нужно одевать в теплое белье, завернув в одеяло из байки. Температура под одеяльцем должна быть не ниже 33 градусов. Новорожденный ребенок имеет температуру тела обычно 36,5-36,8 градусов. Если термометр показывает низкие значения, нужно разместить рядом с ребенком, на безопасном расстоянии, грелку. Только следует завернуть ее в пеленку.

**4.2.** Малыши, которые получают грудное молоко, быстрее прибавляют в весе. Первое время, пока ребенок недостаточно окреп для сосания, его можно кормить сцеженным молоком. Кормление и сон таких детей обусловлены степенью их недоношенности.

* **I и II степень:**

До двух месяцев недоношенного ребенка нужно кормить семь раз в течение суток, и спать он должен днем четыре раза по 2-2,5 часа. До пяти месяцев следует проводить кормление 6 раз в сутки, и три двухчасовых дневных сна. И далее, до года: питание пять раз в сутки, и три раза малыш должен спать по 1,5-2 часа.

* **III и IV степень:**

До трех месяцев младенца нужно кормить семь раз, плюс четыре дневных сна по 2,5 часа. До шести месяцев - кормление шесть раз в течение суток, три раза он должен спать по 2,5 часа. И затем до года: питание пять раз в сутки и три сна по 2,15 часа.

**4.3.** Если вес недоношенного ребенка при рождении – меньше 1,8 кг, то купание в первые три недели не показано. В остальных случаях можно начинать водные процедуры по истечении седьмых суток после выписки. Температура воды – не ниже 38 градусов. Первые 3 месяца вода должна быть кипяченая. Желательно, чтобы температура в комнате была примерно такой же, как и в ванной комнате.

**4.4.** В первый месяц прогулки для ребенка нежелательны, из-за резкой смены температуры. В этот период достаточно проветривания помещения. Когда кроха немного окрепнет, педиатры советуют проводить на свежем воздухе как можно больше времени. Это будет полезным и ребенку, и родителям. Начиная, с пяти минут, постепенно довести время нахождения на улице до 2-3-х часов, если температура воздуха выше +25 градусов. Не стоит гулять, когда на улице отрицательная температура!

**4.5.** Если недоношенному ребенку регулярно делать массаж и заниматься с ним гимнастикой, у него быстрее нормализуется мышечный тонус. Также уменьшается риск возникновения респираторных заболеваний. В первом месяце допускается только массаж в виде поглаживания. Со второго месяца можно проводить специальную гимнастику, развивающую двигательные навыки. К четырем месяцам крохе следует помогать переворачиваться. В шесть месяцев можно начинать побуждать ребенка к ползанию, а в восемь – к сидению и стоянию. К году можно пробовать обучать малыша ходьбе.

При адаптации ребенка большое значение имеет психологический контакт с ним. Очень важно общение с родителями, бабушками, дедушками и другими родственниками. Малыш с удовольствием будет слушать ваш ласковый голос и песенки, которые вы ему поете!

Чем быстрее недоношенный ребенок адаптируется в новом для него мире, тем быстрее догонит сверстников. Не стоит переживать, если ваш особенный малыш поначалу будет немного отставать в развитии. Обычно к году, иногда – к двум-трем годам, недоношенные дети уже ничем не отличаются от обычных детей, а бывает даже, в чем-то их превосходят.

Моцарт и Менделеев, Гюго и Шиллер, Эйнштейн, Суворов и Бонапарт тоже родились недоношенными. Этот список известных людей можно продолжать бесконечно. Их родители сомневались, смогут ли дети вообще выжить, а они не только выжили и выросли, но и добились больших успехов в политике, науке, искусстве и многих других сферах жизни!