A koraszülöttek szoptatásáról

Túl korán születni

Az átlagos terhesség körülbelül 37 – 42 hétig tart. Ha a baba a 37. hét előtt születik, koraszülöttnek nevezzük. Minden tizedik gyermek születik túl korán világszerte.

Táplálkozási szükségletek: a koraszülöttek kihívásai

A koraszülöttek különösen sebezhetőek, és magasabb a tápanyagszükségletük, mint az érett újszülötteknek. Ennek egyik oka, hogy sokszor kimarad a terhesség harmadik trimesztere, ami normálisan a legintenzívebb tápanyag felhalmozódás és növekedés periódusa.

Minél hamarabb születik egy baba, annál fejletlenebbek lesznek a szervei. Annak érdekében, hogy „felzárkózhasson" növekedés és fejlődés szempontjából, és hogy meg tudjon felelni szervezete táplálékigényének, a koraszülött babának több energiára, vitaminokra, fehérjékre és ásványi anyagokra van szüksége.

Azon babák, akik túl korán jönnek világra kihagyják a terhesség harmadik trimeszterét, ami normális esetben a rohamos növekedés, a tápanyagok raktározásának és az antitestek felvételének periódusa

A koraszülöttek emésztőrendszere fejletlen. Olyan funkciók, mint például a bélmozgások, a bélfalat védelmező anyagok termelődése, vagy akár maga az emésztés és a tápanyagfelszívódás folyamata még nem érett eléggé a megfelelő működéshez.

A koraszülött babák agya is nagyon éretlen, viszont gyors fejlődésnek indul az utolsó trimeszterben.

Attól függően, hogy mikor jönnek világra, a koraszülött csecsemők kimaradhatnak a terhesség utolsó szakaszában a placentán keresztül feléjük áramló antitestek felvételéből. Ez is közrejátszik abban, hogy immunrendszerük még fejletlen, immunitásuk pedig csökkent.

Kezdetben a szoptatás nagy kihívást jelenthet a koraszülő édesanyáknak, de rengeteg lehetőség áll rendelkezésükre, amelyekkel anyatejet biztosíthatnak koraszülött gyermekük számára. Legtöbb esetben a koraszülötteket még nem lehet szoptatni rögtön megszületés után. Az anyatej megfelelő lefejése (kézzel, vagy elektromos pumpával) legtöbb esetben a legmegfelelőbb megoldás mindaddig,amíg a szoptatás elérhető opcióvá nem válik. Az anyatej gyakori lefejése már közvetlenül szülés után segít beindítani a tejtermelést, így növelve az anyatej mennyiségét.

powered by EFCNI european foundation for the care of newborn infants

támogató szervezetek MELLETTED A HELYEM

Az információs anyag nyomtatása a Nemzeti Erőforrás Alap pályázati keretein belül valósult meg. Nemzeti Együttműködési Alap

Az anyatejes táplálás előnyei a koraszülöttek számára

Az anyatej a legmegfelelőbb tápanyagforrás a koraszülött csecsemők számára, és születés után amilyen gyorsan csak lehet, hozzá kell juttatnunk őket.

Az anyatej rengeteg olyan összetevőt tartalmaz, amelyet minden újszülött többféleképpen is hasznosít. A szoptatás támogatja az immunitást, a növekedést és fejlődést, valamint ez az optimális választás mind az érett újszülöttek, mind pedig a koraszülöttek számára.

Immunológiai vonatkozások

- Az anyatej megvédi a babákat az emésztőrendszeri és légzőszervi fertőzésektől.
- Az anyatejjel való táplálás csökkenti a NEC (Nekrotizáló Enterokolitisz), az akut gyulladásos bélbetegségek, valamint a leggyakrabban előforduló, a bélrendszert érintő, életet veszélyeztető megbetegedések kockázatát újszülötteknél.

Az emésztőrendszer vonatkozásai

- Az anyatejben található zsírsavak könnyen emészthetőek és elősegítik a gyomorürülést.
- A védő hatású enzimek, hormonok és növekedési faktorok elengedhetetlenek az emésztőrendszer növekedéséhez és éréséhez

A tápanyagbevitel vonatkozásai

- Az anyatej jól tolerálható és emészthető a koraszülöttek számára, így gyorsabb súlygyarapodást eredményez.
- A kolosztrum, vagyis az előtej az édesanyák által az első napokban termelt váladék, amely rengeteg, az immunrendszert és a fejlődést elősegítő alkotóelemet tartalmaz.
- A benne található lipidek és zsírsavak fontosak az idegrendszer és a látás megfelelő fejlődéséhez.

Pszichológiai/Lelki vonatkozások

- A bőr-bőr kontaktus, avagy kenguru módszer szoptatás alatt a lelki közelség élményét adja babának és édesanyának egyaránt.
- A bőr-bőr kontaktus ezen kívül stabilizálja a szívfrekvenciát, a vér oxigén szintjét (szaturációját), és a légzésfrekvenciát koraszülött babák esetében

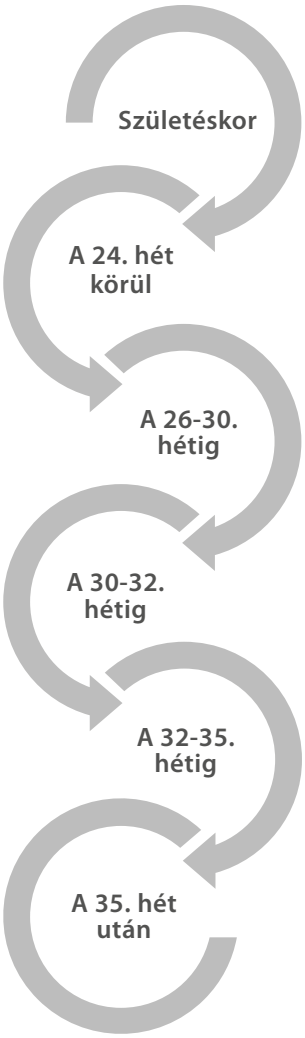
Hosszú távú kimenetel

- Összefüggés fedezhető fel a szoptatás, valamint a felnőttkori elhízás, és túlsúly kockázatának csökkenése, ugyanígy a kettes típusú cukorbetegség és a magas vérnyomás rizikójának csökkenése között az élet későbbi szakaszaiban.
- Néhány tanulmányban beszámoltak az anyatejjel táplált gyermekek esetében kialakuló, klinikai tüneteket produkáló aszthma, atópiás dermatitisz, valamint ekcéma kockázatának csökkenéséről.
- A szoptatás ugyancsak elősegítheti a kognitív fejlődést a koraszülöttek későbbi életszakaszaiban.

Bár a koraszülő édesanyák anyateje több fehérjét tartalmaz, még ez sem mindig elegendő ahhoz, hogy fedezze a baba emelkedett tápanyagszükségletét. A tej éppen ezért dúsítást igényel hozzáadott tápanyagokkal, ezek közül is leginkább szénhidrátot, lipidet, fehérjét, vitaminokat és ásványi anyagokat. A dúsított anyatejet a koraszülöttek jól tolerálják és könnyen megemésztik, ezáltal súlyuk gyorsabban növekszik.

Az evés képességének kifejlődése

A koraszülöttek több állomáson mennek keresztül, amíg a kizárólagos szoptatás lehetősége adottá válik.



- A korai és rendszeres bőr-bőr kontaktus (más néven kenguru módszer) elősegíti a baba szopási képességének fejlődését, valamint segít kiváltani a tejleadó reflexet az édesanyában.
- Szükséges lehet parenterális (vénás) táplálást kezdeni, ha az emésztőrendszer még nem tudja tolerálni a táplálékot, illetve a parenterális és enterális (gyomorszondán keresztül történő) táplálást kombináltan is lehet folytatni.

- Nagyon kis mennyiségű tejet kapnak ezek a pici babák, amíg a belek hozzá nem szoknak a folyamatos táplálékbevitelhez.
- A koraszülöttek képesek szopó mozgásokat végezni, valamint nyelni is, viszont nem mindig képesek ezen működéseket összehangolni, így a szájon át történő táplálás nem mindig lehetséges.
- Az enterális táplálás nazogasztrikus (az orron keresztül a gyomorba vezetett), vagy orogasztrikus (a szájon keresztül a gyomorba vezetett) szondán megkezdhető, amint az emésztőrendszer elég érett, valamint ez a módszer ajánlott egészen addig, amíg a koraszülött baba képessé nem válik a szopás, nyelés és légzés funkcióinak megfelelő összehangolására.

- A koraszülött babáknak elkezd kialakulni a garatreflexük.
- Néhányan közülük már képesek néhány csepp tejet elnyalogatni, és lenyelni.

- A kenguru módszerben részesülő babák elkezdik anyjuk melle felé fordtani fejüket, és néhány esetben lenyalnak pár csepp tejet közvetlenül édesanyjuk melléről.
- Szopási kísérletek megfigyelhetőek, viszont a koraszülöttek gyakran még túl gyengék ahhoz, hogy megfelelően tudjanak táplálkozni ezen életszakaszukban, így a táplálék legnagyobb részét a gyomorszondán keresztül kapják meg.

- A koraszülöttek képessége a koordinált szopásra, nyelésre és légzésre elkezd kialakulni.
- Mindemellett a legtöbb baba még gyenge és hamar kifárad.
- A szondatáplálás még sok esetben szükséges.

- A koraszülött csecsemők fokozatosan szopnak egyre sikeresebben, és fogyasztanak egyre több tejet szájon át. Alkalmanként elfáradhatnak, ilyenkor szondatáplálás válik szükségessé.
- Átmeneti támogatásra, segítségre szorulhatnak, mint pl. bimbóvédő alkalmazása, ujjetetés, pohárból való itatás, vagy cumisüvegből történő táplálás.
- Az egészségügyi szakdolgozók segíthetnek a szülőknek megtalálni a megfelelő módszert a táplálásra.

A koraszülöttek táplálása támogatásának célja, hogy növekedésük üteme hasonló legyen, mint az anyaméhben fejlődő magzatnak a terhesség azonos szakaszában. Ahhoz, hogy mindez megvalósulhasson, szakértők ajánlása szerint szülést követően minél hamarabb el kell kezdeni a táplálást. Azonban nem mindig lehetséges kizárólagos, szájon át történő táplálást kezdeményezni rögtön megszületés után. Ezekben az esetekben vénás, vagy enterális (gyomorszondán keresztül történő) táplálás válhat szükségessé.

Miért hasznos a nőknek a szoptatás?

A szoptatás előnye, hogy csökkenti a vérzés kockázatát szülés után, mint ahogy csökkenti a mell és petefészekrák kockázatát is. A bőr-bőr kontaktus és a szoptatás mindezek mellett csökkentheti a szülés utáni depresszió kialakulásának kockázatát.

Amikor az anyatej termelés nehézségekbe ütközik

Ha az édesanya nem tud elegendő anyatejet termelni, hasznos tanácsokat kaphat az egészségügyi személyzet tagjaitól, vagy a szoptatási tanácsadótól. Lehetőségek széles választéka áll az édesanyák rendelkezésére, amelyek segíthetik a tejtermelés fokozását, mint például a rendszeres fejés (minimum 6-8 alkalommal naponta), az anya számára kényelmes mellszívó használata, és a fejés előtti mellmasszázs. Bár a tej mennyisége kevésnek tűnhet, minden cseppje fontos a kisbaba számára.

A koraszülő édesanyák teje kiegészíthető továbbá úgynevezett donor tejjel (másnéven gyűjtött női tejjel – a ford.), amelyet erre a célra létrehozott tejbankból szerez be minden adott intézmény, vagy ha más megoldás nincs, speciálisan koraszülöttek részére kifejlesztett tápszer is rendelkezésre áll. Az osztályon dolgozó egészségügyi személyzet, valamint a szülők közös feladata, hogy eldöntsék a koraszülött baba igényeinek leginkább megfelelő táplálás módját.

Hazaengedés

A koraszülött csecsemő táplálása otthon is elengedhetetlen az optimális növekedéshez és fejlődéshez. A szülőknek folytatniuk kell a megfelelő táplálást, hogy biztosítani tudják az optimális tápanyag ellátást, amely a gyermek aktuális korához igazodik. A növekedés és súlygyarapodás folyamatos követése ajánlott hazaengedést követően is, hogy a táplálást a gyermek változó szükségleteinek megfelelően alakíthassuk.

EFCNI

Az Európai Alapítvány az Újszülöttek Ellátásáért az első egész Európára kitrejedő szervezet és hálózat, amely a koraszülöttek, újszülöttek és családjuk érdekeit képviseli. Szülőket, különböző tudományágak egészségügyi szakembereit, valamint tudósokat foglal magába azzal a közös céllal, hogy javítsa a kora- és újszülöttek hosszú távú egészségét úgy, hogy biztosítja a lehető legjobb megelőzést, gyógyítást, ellátást és támogatást. További információért az anyatejes táplálással, szoptatással kapcsolatban látogasson el a **www.efcni.org** weboldalra.

Ezúton szeretnénk megköszönni Gross Dorottyának és Dr. Nádor Csabának a tájékoztató magyar nyelvre fordítását.

Külön köszönet Mary Fewtrell professzornak támogatásáért és tanácsaiért.

„A koraszülöttek szoptatásáról" létrejöttében segítségünkre volt a Philips Avent.

EFCNI european foundation for the care of newborn infants

© 5/ 2017 EFCNI. All rights reserved.
The content presented here is for information only. It is not a substitute for professional medical advice, and it should not be used to diagnose or treat a health problem or disease.