

15. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

Найти психологическую, моральную и информационную поддержку можно на нашем сайте www.sunlightfond.ru. Благотворительный фонд «Подари солнечный свет» в разделе Школа для родителей «Новая жизнь вместе». Мы будем рады поддержать вас полезной информацией, специальной литературой и историями родителей.

16. ОБЩЕНИЕ

Каждый понедельник и четверг для вас в 10.00 часов (по московскому времени) встречи с разными специалистами: психологом, консультантом по грудному вскармливанию, педагогом по раннему развитию, логопедом-дефектологом. Вы можете задать любые интересующие вас вопросы. Ссылка на подключение в соцсетях и на сайте фонда.

17. РОССИЙСКАЯ АССОЦИАЦИЯ РОДИТЕЛЕЙ НЕДОНОШЕННЫХ ДЕТЕЙ

Присоединяйтесь к Российской ассоциации родителей недоношенных детей.

Задача и цели:

- объединение родителей
- оказание всесторонней помощи недоношенным детям и их семьям в обеспечении доступа к качественному лечению, диагностике, реабилитации и уходу
- содействие повышению профессионального уровня специалистов в области развивающего ухода и реабилитации недоношенных детей
- привлечение внимания общественности к проблемам и вопросам недоношенных детей, содействие укреплению репродуктивного здоровья граждан РФ.

Поддержите самых маленьких жителей,
поделитесь частичкой своего тепла: отправьте смм
на номер 3434 со словом «СВЕТ» и суммой
пожертвования (например «СВЕТ 250")

ПОДДЕРЖИТЕ НАШУ РАБОТУ!



Мы открыты для сотрудничества и рады новым партнерам



Вам нужна помощь: info@sunlightfond.ru
телефон: 8-925-517-68-00 / 8-926-723-22-29



**ПОДАРИ
СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ**
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД
ПОМОЩИ ДЕТЯМ, РОЖДЕННЫМ НА РАННЕМ СРОКЕ

17 ПРАВИЛ УСПЕШНОГО ВЫХАЖИВАНИЯ И АБИЛИТАЦИИ НЕДОНОШЕННЫХ ДЕТЕЙ

АДРЕСНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

Оплата реабилитационных программ, оплата лечения, операций детей,
рождённых раньше срока

Благотворительный фонд помощи детям, рождённым раньше срока
«ПОДАРИ СОЛНЕЧНЫЙ СВЕТ»

Юридический адрес: 105005, г. Москва,
наб. Академика Туполева 15, пом. XXV ком. 12

Платёжные реквизиты: КПП 7709011001, Р/С 40703810038000010440
в ПАО «Сбербанк» г. Москва К/С 30101810400000000225 БИК 044525225

1. НЕ НУЖНО ПАНИКОВАТЬ И РАССТРАИВАТЬСЯ, ЕЩЕ НЕ ВСЕ ПОТЕРЯНО

Многие родители, чьи малыши поторопились появиться на свет, с содроганием смотрят на своих крох, беспомощно лежащих в кувезах. Однако недоношенность – не приговор. В истории есть много примеров, когда рожденный раньше срока ребенок становился всемирно известным человеком, оставившим свой след в истории: Исаак Ньютон, Леонардо да Винчи, Александр Суворов, Василий Чапаев, Гюго.

2. МЕТОД «КЕНГУРУ»

Самое приятное для малыша знать, что он находится в безопасности. Для новорожденного ребенка безопасность – это тепло и запах мамы, близость маминых и папиных теплых рук, ощущение материнского сердцебиения, запаха грудного молока. Все это возможно с помощью прекрасного метода «Кенгуру». Прикосновение – это жизнь! Метод «Кенгуру» (контакт кожа с кожей) используется в Европе с 1995 года и имеются огромные успехи в выхаживании с использованием данного метода.

Ребенок слышит биение материнского сердца, нормализуется сердцебиение самого малыша, материнская флора защищает малыша от госпитальных инфекций, что помогает уменьшить длительность пребывания ребенка в стационаре. Малыш может выхаживаться как на груди у матери так и у отца. Можно в помощь применять слинг.

3. ГРУДНОЕ МОЛОКО

Грудное молоко для недоношенного ребенка – это живая материя, состав которой уникален! Грудное молоко – единственный живой источник иммунитета. Оно необходимо для роста ребенка и нормального функционирования пищеварительной системы. Если по каким-то веским причинам грудное вскармливание невозможно, малыша нужно кормить сцеженным грудным молоком или специальной смесью для недоношенных детей. Она адаптирована к особенностям организма ребенка, рожденного раньше срока. На бутылочку нужно надеть самую мягкую соску с отверстием достаточного диаметра, чтобы младенец тратил как можно меньше сил на сосание и не уставал.

4. ВАЖНА ГИГИЕНА ВСЕГО, ЧТО КАСАЕТСЯ РЕБЁНКА

Иммунитет у детей, рожденных раньше срока снижен. Поэтому важно как можно тщательнее соблюдать правила гигиены:

- перед тем, как подойти к ребенку нужно помыть руки;
- после того как вы поговорили по телефону – необходимо вымыть руки;
- оградите вашего ребенка от воздействия излучений, исходящих от мобильных устройств.
- бутылочки, соски нужно кипятить как минимум раз в сутки;
- приходя с улицы – переодевайтесь в домашнюю одежду;
- не позволяйте домашним животным спать в постели вашего малыша.

5. СОБЛЮДАЕМ РЕЖИМ

Чтобы расти и развиваться правильно ребенка нужно оградить от всех возможных стрессорных факторов:

- оптимальная температура в помещении, поменьше света и шума на первых порах;
- не настаивайте на строгом кормлении «по часам», ваш малыш сам установит оптимальный режим кормления, который будет ему подходить.

6. ДЛЯ ВЫХАЖИВАНИЯ ОЧЕНЬ ВАЖЕН РАЗВИВАЮЩИЙ УХОД, КУПАНИЕ

Прислушивайтесь к тем подсказкам, которые «сообщает» вам ваш малыш. Не стоит будить его специально для кормления или купания. Старайтесь совмещать выполнение нескольких процедур с ребенком в одно время, чтобы оставить больше времени для сна и отдыха. Ежедневного купания ваш малыш не требует, достаточно основных ежедневных гигиенических процедур (туалет глаз, носа, подмывание во время смены подгузника). Но вода для малышей имеет успокаивающее действие, поэтому, побыть в тёплой воде перед сном, только на пользу. Помещение для купания должно быть тёплым (25-28), а вода иметь температуру 38 градусов. Это нужно обязательно контролировать при помощи термометров. После процедуры завернуть в мягкое полотенце и обогреть, можно применять метод «Кенгуру» для согревания малыша.

7. ПОСЛЕ ВЫПИСКИ ИЗ УЧРЕЖДЕНИЯ НЕОБХОДИМО РЕБЕНКУ КАК МОЖНО МЕНЬШЕ К КОНТАКТИРОВАТЬ С ПОСТОРОННИМИ

Ребенок все еще находится на выхаживании, для таких малышей нужен более бережный, нежный, внимательный подход. И на это есть веские причины: все органы и системы малыша только начинают созревать, а потому работают ещё не в «штатном режиме», а в особенном. И лишний контакт может спровоцировать ненужные инфекции. Подготовить комнату. Для недоношенного ребёнка очень важны условия проживания. Конечно, нужно выделить самую светлую комнату, постоянно её проветривать, поддерживая температуру воздуха в пределах 22-25 градусов, то есть, на два градуса выше, чем рекомендовано обычным

8. ПОДГОТОВИТЬ КОМНАТУ

Для недоношенного ребёнка очень важны условия проживания. Конечно, нужно выделить самую светлую комнату, постоянно её проветривать, поддерживая температуру воздуха в пределах 22-25 градусов, то есть, на два градуса выше, чем рекомендовано обычным детям.

9. КОНТРОЛИРОВАТЬ ТЕМПЕРАТУРУ МАЛЫША

Малыш, рожденный раньше времени не может еще сам удерживать температуру тела, поэтому нужно быть предельно внимательными, одевая его. В первые дни после выписки рекомендуют трижды в сутки измерять температуру тела, чтобы понять, когда ребенку комфортно, а когда нет. Можно ориентироваться и на внешний вид: если у младенца конечности синеватые или бледные – он замерзает, если лицо красное – ему жарко. Одежду и подгузники лучше всего приобрести в специализированном магазине – строго по размеру. При выхаживании необходимо использовать вязаные вещи из натуральных материалов.

10. ПРАВИЛЬНО ГУЛЯЕМ

Гулять с недоношенным нужно в любую погоду, кроме чрезмерно морозной и ветреной. Коляску для прогулок выбирайте с высокими бортиками, чтобы исключить проникновение холодного воздуха. Летом не допускайте попадания прямых лучей солнца на кожу крохи – он может обгореть.

11. ПРИВИВКИ И БОЛЕЗНИ

Недоношенные легко заболевают всеми видами инфекций, поэтому в первые месяцы после выписки будьте внимательны. К двум месяцам практически у всех новорождённых развивается анемия. Но, раз мама и врач об этом знают заранее, они принимают меры – контролируют уровень гемоглобина, железа и витамина Е. При необходимости врач назначает противоанемическую терапию. Дети, рожденные раньше срока более склонны к рахиту и остеопении. Про это нужно помнить и принимать витамин Д в дозе, назначенной педиатром. Как только будут разрешены прививки, доктор составит индивидуальный график вакцинации, которого следует строго придерживаться. Детские инфекции даже подросшие дети, родившиеся преждевременно, переносят крайне тяжело.

12. ДОВЕРЯЕМ ВРАЧАМ И СЛУШАЕМ СОВЕТЫ

Педиатр будет приходить к вам домой достаточно часто, ещё чаще вы будете встречаться с вашей участковой медсестрой. Обязательно контактируйте с ними и прислушивайтесь к советам. На первом году жизни кроха нуждается в частых осмотрах педиатра, невропатолога, окулиста, кардиолога и дополнительных методах исследования: УЗИ головного мозга, УЗИ сердца, ЭКГ, осмотр глазного дна – чтобы своевременно заподозрить неладное, поставить верный диагноз и сразу принять меры. Все это необходимо для предотвращения ранней инвалидизации ребенка.

13. НЕЖНОСТЬ И ЛЮБОВЬ. РАЗВИТИЕ МАЛЫША

Никогда не забывайте, что к ребенку нужно подходить с нежностью, любовью и лаской! Общайтесь, пойте, читайте сказки, играйте, занимайтесь развивайте малыша. Уделяйте ему как можно больше времени. При правильном выхаживании и развитии к 1,5 – 2-м годам недоношенные малыши достигают уровня своих сверстников. Родные и знакомые, которые родили детей преждевременно помогут советом. Не отказывайся от помощи и советов родных и близких. Их опыт поможет избежать многих ошибок, получить новые знания. А главное знать, что ты не одна. Рядом есть люди, которые придут на помощь.

14. РОДНЫЕ И ЗНАКОМЫЕ, КОТОРЫЕ РОДИЛИ ДЕТЕЙ ПРЕЖДЕВРЕМЕННО ПОМОГУТ СОВЕТОМ

Не отказывайся от помощи и советов родных и близких. Их опыт поможет избежать многих ошибок, получить новые знания. А главное знать, что ты не одна. Рядом есть люди, которые придут на помощь.