

Vastasyntyneen kotihoito

Tämä ohje on tarkoitettu tulostettavaksi. Ohje sisältää täytettäviä kohtia.

Lapsen nimitarra _____

Syntymäpaino _____ pituus _____ päänympärys _____

Lähtöpaino _____ pituus _____ päänympärys _____

Tietoja sairaalassaolosta

Sairaalassaolon syy:

Hoitoaika:

Ruokinta kotona

Ruoan laatu:

Ateria-ajat:

Maitomäärä vähintään _____ ml/kg vuorokaudessa.

Pienet keskoset saavat kotiin joko Nutriprem BMF-jauheella vahvistettua rintamaitoa tai Nutrilon Premilon – jauheesta valmistettua keskosmaitoa 3,5 kilon painoon asti. Tarvittaessa yksilöllisiä ohjeita saa seurantakäynneillä.

Muille vastasyntyneille pyritään antaman ensisijaisesti äidinmaitoa. Jos äidinmaitoa ei tule tarpeeksi, voidaan antaa lisäksi äidinmaidonkorviketta. Oma terveydenhoitaja antaa tarkempia tietoja ravitsemuksesta.

Tasainen painonnousu osoittaa, että lapsenne on saanut riittävästi ravintoa.

Lääkitys kotona

Vitamiinit

- keskoset: erillisen ohjeen mukaan
- täysiaikaiset: neuvolan ohjeen mukaan

Muut lääkkeet

-
-

Puhtaus

Vauvan kasvot pestään vesijohtovedellä, jolloin myös silmät puhdistetaan ulkonurkasta

sisänurkkaan päin. Kaulapoimut ja taipeet vaativat erityistarkkailua, koska ne ärtyvät herkästi.

Vauvan kylvetys pari kertaa viikossa riittää, koska vaippa-aluetta joudutaan pesemään useitakin kertoja päivässä. Saunaan (löylyyn) viemistä ei suositella alle vuoden ikäisenä.

Pesujen yhteydessä on huolehdittava navan pohjan puhdistamisesta ja kuivauksesta. Tämä on erittäin tärkeää silloin, kun napatynkä on vielä paikoillaan. Usein napatynkä muuttuu tunkkaisen hajuseksi ennen kuin se irtoaa.

Ulkoilu

Keskosvauvan ulkoilu aloitetaan yksilöllisesti vauvan paino huomioiden. Vauvaan on hyvä tutustua kotioiloissa muutama päivä, jotta opit tuntemaan oman vauvasi lämmönsäätelyn sekä erityisesti, jos vauvasi on alle 2,5 kg.

Vauva voi vähitellen nukkua ulkona ateriavälit säätila huomioon ottaen. Kesällä ulkoilun voi aloittaa aiemmin. Huomioi ulkoillessa kylmä viima ja suora auringonpaahde. Suojaa korvat myös kesäisin kevyellä hatulla. Älä nukuta vauvaa ulkona yli 10 asteen pakkasella.

Tartuntojen ehkäisy

Vauvaa on pyrittävä suojelemaan tarttuvilta taudeilta. Käsien huolellinen pesu on tärkeää aina ennen vauvaa kosketeltaessa. Vauvan luona ei saa käydä flunssaisia, vatsatautisia tai vesirokkoa sairastavia vieraita. Vältä ensiviikkojen aikana isoja ihmisjoukkoja, kuten kauppakeskuksia ruuhka-aikoina, vauvan kanssa.

Mahdolliset infektio-oireet ja hoito

Vauvan normaali lämpö on 36,5–37,5 astetta, peräsuolesta mitattuna. Lämmön ollessa koholla huolehdi riittävästä nesteensaannista. Jos vauva syö normaalisti ja on yleisvoinniltaan hyvä, hoito kotona on riittävä. Alle 3 kk ikäisen kuumeillessa (>38°C) on vauva vietävä lääkäriin.

Limainen vauva ei pysty syömään kunnolla ja hengittäminen on vaikeaa. Kotona on suositeltavaa pitää varalla imulaitetta (apteekista) ja vauvan kipulääkettä (Panadol).

Ota yhteys lääkäriin, jos vauva

- ei suostu syömään ja on poikkeuksellisen unelias
- on levoton ja kivulias ja häntä on vaikea käsitellä
- oksentaa
- kuumeilee ilman syytä (>38°C)

Rokotukset

Rokotukset annetaan kalenteri-ään mukaan. Keskosilla aloitetaan tarvittaessa rokotusohjelma jo sairaalassa ja sitä jatketaan neuvolassa.

Jatkoseuranta

Mahdollisesta jatkoseurannasta annetaan erillinen ohje. Tulkaa käynnille aina lastenpoliklinikan ilmoittautumisen kautta.

Muuta huomioitavaa

Ottakaa yhteys omaan terveydenhoitajaanne, kun lapsi pääsee kotiin.

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.