

## Gode råd til forældre med senpræmature børn

Jeres barn er født før tid, nærmere bestemt mellem uge 35+0 og uge 36+6. Vi kalder børn født i dette tidsinterval for senpræmature børn.

Som forældre til et barn født før tid kan der opstå en del spørgsmål. Denne information er tænkt som et supplement til de informationer, I får under indlæggelsen. I kan blandt andet læse om:

- Sonde
- Blodsukker
- Ernæring og udmalkning
- Indlæggelsestid
- Skærmning af det for tidligt fødte barn
- Stimulation og overstimulation
- Børneundersøgelser
- Vitaminer til det for tidligt fødte barn.

### Sonde

Børn er forskellige, men når barnet er født mellem uge 35+0 og 36+6 vil vi ofte vælge at lægge en sonde på barnet. Det gør vi dels for at barnet kan få den mad, det skal have, og dels for at skabe ro til, at amningen kan etableres. Sonden giver barnet ekstra mad, uden at det skal bruge for mange kræfter.

### Blodsukker

De første timer af barnets levedøgn måler vi løbende blodsukker på barnet.

I begyndelsen skal barnet spise minimum hver 3. time for at holde blodsukkeret oppe og for ikke at tabe sig for meget i vægt. Da mælken i starten ikke er løbet til, vil barnet få tilskud af mors udmalkede mælk eller modermælkserstatning. Sådan vil det være, indtil moderen har nok mælk til, at barnet får sin mængde ved brystet, og/eller indtil barnet har kræfter nok til selv at spise.

### Ernæring og udmalkning

Både barn og mor har brug for hvile, så måltid, pusling og udmalkning bør maksimalt tage 1 time.

Det er en god idé, at du stimulerer brystet med håndudmalkning og/eller maskine hver 3.-4. time – helst fra 1. dag. Det hjælper med at få mælken til at løbe hurtigere til. Du kan med fordel stimulere nedløbsrefleksen, inden du lægger dit barn til – ved at lave brystgymnastik, nulre brystvorten, massere brystet og malke ud med hånden.

For de fleste mødre går der 1-2 minutter, fra barnet begynder at sutte, og indtil mælken begynder at løbe. Når du aktiverer nedløbsrefleksen først, får dit barn mælk i al den tid, det orker at sutte. Det får altså mere mælk uden at bruge flere kræfter.

Barnet vil med tiden kunne spise al sin mad ved dit bryst. Vejen frem til fuld amning begynder med, at barnet ligger hud mod hud på dit bare bryst, kun iført ble. Far kan også bruges.

I starten vil barnet måske kun snuse eller slikke lidt mælk i sig, men efterhånden vil det begynde at sutte og have behov for mindre og mindre tilskud af mad. Vi vil vise dig, hvordan du kan hjælpe barnet ved brystet.

Når barnet skal ammes, er det en god idé at klæde det af og lægge det til brystet, må gerne ammes på begge bryster, hvis energien er til det.

I kan pusle barnet efter amningen, og før det får sondemad. På den måde bruger barnet sin energi ved brystet og ikke på at blive puslet.

## Udtrapning af sondemad

Når barnet har første vægtstigning på mere end 40 gram på 2 døgn, og du er ved at have god mælkedannelse begynder vi sammen at reducere mængden af mælk, som gives på sonden med 25 % for hver vægtstigning. Sidste trin er når der kun gives 10 ml på bæger. Dette kan foregå hjemme.

Barnet vejes hver 2. dag.

Efter en reduktion skal barnet bruge det første døgn på at øge sin mængde ved brystet og føle mere sult.

Enkelte børn har behov for 4 dage på ét trin, da de modnes langsommere. Ligeledes kan enkelte børn accelerere, så det kan være vejning og vurdering hver dag efter 6 dage.

## Indlæggelsestid

Jeres barn er klar til at blive udskrevet, når det tager på og selv kan spise al sin mad ved brystet, eller kombineret med kop. Hvis der vælges flaske, skal barnet rumme hele sin mængde

I skal forvente, at I skal være indlagt med jeres barn i ofte op til 14 dage.

## Skærmning af det for tidligt fødte barn

Et barn, der er født i uge 35+0 til 36+6, kan ofte have en fin størrelse og se 'færdig' ud, men for barnet er tiden i livmoderen blevet afkortet, og dermed er hjernen fortsat umoden. Den tidlige fødsel betyder, at barnet i højere grad påvirkes af fx skarpt lys, lyde og sansestimulering (fx berøring), som barnet ellers ville være beskyttet mod i livmoderen.

Det for tidligt fødte barns evne til at bearbejde indtryk er mindre udviklet end hos et barn, der er født til termin. Det betyder, at barnet har lettere ved at blive stresset af påvirkninger – det mangler filteret, der skal sortere væsentligt fra uvæsentligt. De signaler, barnet sender, kan også være mere uklare end hos børn født til termin. Det kan gøre det sværere at tolke barnets behov.

Derfor er princippet for disse børn, at de skal have fred og ro til at gro. Det kan I som forældre hjælpe barnet til ved at følge denne vejledning:

- Begræns høje lyde og skarpt lys.
- Begræns antallet af besøgende, og lad ikke barnet gå fra arm til arm på gæster, da barnet vil bruge meget energi på det. Når det er sagt, kan det dog være vigtigt, at I som forældre har nogen tæt på jer at dele jeres oplevelser med.
- Skab god balance mellem søvn og behovet for mad, så barnet ikke bliver stresset.
- Hav gerne barnet hud mod hud eller bær det i en vikle. Vi har enkelte vikler på afdelingen til udlån under indlæggelsen. Brug gerne egen vikle.
- Hjælp barnet til at holde varmen ved at give det nok tøj på. Spørg gerne personalet til råds. Husk hue og sokker, og svøb barnet i dynen og eventuelt i et tæppe.
- Hav rolige bevægelser, når I pusler barnet. Skærm eventuelt barnet med en stofble, så det ikke ligger helt uden tøj. Det må ikke tage for lang tid at pusle barnet, da barnet da vil bruge for meget energi på puslingen.
- Brug eventuelt den varmelampe, vi har på puslestuen. Lampen kan hjælpe barnet til at holde varmen, når I pusler det.

## Stimulation og overstimulation

Også et for tidligt født barn har brug for stimulation i form af berøring, øjenkontakt og at blive talt roligt til.

Et lille barn, der bliver overstimuleret og har brug for en pause, vil typisk slå blikket ned, vende hovedet væk eller lukke øjnene, sove eller løfte armene afværgende, blive uroligt eller græde. Nogle forældre oplever, at barnet først bliver grædende, uroligt og har søvnbesvær, *efter* det har været overstimuleret – altså en forsinket reaktion.

Alle børn græder, og det kan ikke undgås. Almindelige forklaringer kan være sult, træthed, ønske om kontakt, utilpashed, uren ble, smerter eller overstimulation. Barnets personlighed spiller også ind, så I må prøve jer frem for at finde ud af, hvad der virker for jeres barn. Jo tættere barnet er født på termin, des mere robust er barnet både fysisk og psykisk. Jo ældre barnet er, des mere stimulation vil det være i stand til at håndtere.

## Børneundersøgelser

Jeres barn vil blive undersøgt af en læge på afdelingen før udskrivelsen. Herefter skal barnet følge de almindelige børneundersøgelser hos egen læge.

## Vitaminer til det for tidligt fødte barn

Sundhedsstyrelsen anbefaler følgende vitamintilskud fra 2 uger, og indtil barnet fylder 4 år:

### **D-vitamin**

10 mikrogram (400 IE) dagligt. Gives som dråber.

### **Jern**

Til børn født før 37 uger opstartes jernbehandling efter 6 uger og til barnet er 6 måneder. Dette sker i samarbejde med sundhedsplejersken.

### **Moderermælksstatning**

Hvis barnet skal fortsætte med moderermælksstatning efter udskrivelse, skal hvert måltid blandes umiddelbart før brug. Dette gælder i al den tid barnet gives moderermælksstatning. Dette for at forebygge infektioner. Vandet kan koges til ét døgn ad gangen og opbevares i køleskabet.

## Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



**Barselsafsnit 11**  
Tlf. 97 66 29 86