

Pravilno rokovanje z novorojenčkom ter hranjenje novorojenčka in dojenčka

Strokovni članek /
Professional article

Baby handling and infants feeding

Lara Drole, Mojca Žagar Okorn

Izvleček

S pravilnim rokovanjem želimo dojenčku omogočiti čim boljši razvoj in mu ponuditi raznolike čutno-gibalne izkušnje. Zato mora biti pravilno rokovanje del vsakodnevnih aktivnosti. Z rokovanjem spodbujamo dojenčkovo samostojnost in preprečujemo neprimerne gibalne vzorce. Ko govorimo o hranjenju novorojencev in dojenčev moramo poleg primerne količine, ki jo je otrok sposoben popiti, govoriti tudi o kakovosti sesanja, ki je odvisno od več dejavnikov. Preko sesanja se pri dojenčku razvijajo tudi druge veščine, ki so pomembne za njegovo kakovost življenja.

Ključne besede: pravilno rokovanje, pravilni razvoj, steklenično hranjenje.

Abstract

With the correct approach to baby handling, we aim to support optimal development and provide diverse sensory-motor experiences. Additionally, we encourage the baby's independence and help prevent improper motor patterns, which is essential to integrate into everyday activities. When discussing the feeding of newborns and infants, it is important to consider not only the appropriate volume the child can consume but also the quality of sucking, which can vary according to several factors. Through sucking, babies develop numerous other skills that are significant for their overall quality of life.

Keywords: Baby handling, development, bottle feeding.

Uvod

Gibanje je človekov osnovni komunikacijski sistem. Pri gibanju sodeluje celotno telo na organiziran in usklajen način. Vsak človek ima sebi lasten način gibanja; gibanje čuti in ga zazna. Če ne čutimo, se ne moremo gibati, in če se ne gibamo, ne moremo čutiti. Torej je gibanje čutno-gibalna izkušnja. V začetku je refleksno, pozneje pa postane zavestno in natančno. Prav tako pa gibalni razvoj vpliva na druga področja razvoja, kot so socialni in čustveni razvoj, senzorni in govorno-jezikovni razvoj. Mentalni razvoj in otrokova radovednost sta tisto, kar otroka žene naprej v stalno raziskovanje novih zmožnosti in k pridobivanju novih spoznanj. Pravzaprav sta gibalni in duševni razvoj otroka v praksi nedejlija (1, 2).

Pravilno rokovanje

S pravilnim rokovanjem novorojenčku in dojenčku omogočimo primereno čutno-gibalno izkušnjo. Vplivamo na primerno izgradnjo kakovostnih in trdnih temeljev za nadaljnji senzomotorični razvoj, na kakovost njegovih vzorcev gibanja in drže, zaznavanja telesa oziroma izgradnjo telesne sheme ter mu omogočamo raznolike senzomotorične izkušnje. Novorojenčka med rokovanjem spodbujamo k sodelovanju, večji aktivnosti in ga postopno vodimo k večji samostojnosti, zato je pomembno, da rokovanje vedno prilagodimo otrokovim sposobnostim in mu omogočimo čas, da se na naše rokovanje lahko odzove (1). Pravilno rokovanje je pomembno za vse novorojenčke in dojenčke, še zlasti za tiste, pri katerih je opazno odstopanje v motoričnem razvoju. Zato je pomembno, da pravilno rokovanje vnesemo v vsakodnevne aktivnosti, saj le tako celovito vplivamo na kakovost gibalnih vzorcev in drže. S pravilnim rokovanjem lahko tudi preprečimo razvoj neprimernih obremenitev v telesu in s tem pojave asimetrij

ter kompenzacijskih mehanizmov. Velika večina neprimernih gibalnih vzorcev namreč izvira iz najzgodnejšega obdobja življenja. Če v tem obdobju novorojenček pridobiva napačne oziroma neprimerne gibalne izkušnje, le-te ponotranji in zgradi nepopolno telesno shemo, ki bo v nadaljnjem razvoju lahko povzročala težave. Kljub nepravilnim gibalnim vzorcem bo otrok vseeno skobacal, se posedel in shodil, vendar pa lahko pridobljeni nepravilni gibalni vzorci sčasoma povzročijo obrabe sklepov, skrajšave mišic, nespecifične bolečine in mnogo drugega (3).

Razvoj zavestnega obvladovanja lastnega telesa traja celotno prvo leto življenja in poteka po natančno določenem zaporedju: kranio-kavdalna faza, pri kateri se dojenček najprej nauči nadzorovati glavo, nato zgornje ude in trup, nazadnje pa še spodnje ude, ter proksimalno-distalna faza, ko dojenček najprej osvoji različne gibe ramen, nato komolcev, čemur sledijo še gibi zapestja in prstov (4). Bolj kot časovno doseganje mejnikov gibalnega razvoja je pomembno, da so gibalni vzorci kakovostni in da si sledijo v pravilnem zaporedju (usmeritev v sredino, obrat do boka, obrat na trebuh, v trebušnem položaju opora na roke, pivotiranje v trebušnem položaju, prehod v sedenje, sedenje, prehod v štirinožni položaj, plazenje, kobacanje, vstajanje ob opori z izpostavo ene noge, spuščanje na tla v počep, hoja ob opori, samostojna hoja, tek, poskoki) (4). Pri rokovanju z dojenčkom je zelo pomembno, da ne prehitevamo njegovega razvoja. Če dojenčka silimo v gibalne vzorce, za katere njegovo telo še ni pripravljeno oz. zrelo zanje, lahko to negativno vpliva na kasnejšo kakovost gibanja oz. kakovost naučenega gibalnega vzorca (3).

Samo rokovanje z novorojenčkom in kasneje z dojenčkom je pomembno tudi med procesom hranjenja, saj le-to predstavlja velik del dneva, predvsem v novorojenčkovem obdobju. Novorojenčki se običajno hranijo med 8- in

12-krat na dan, obrok pa traja pribl. med 15 in 30 min, kar predstavlja velik del otrokovega budnega časa in naše priložnosti za rokovanje z njim. Zato je pomembno, da poznamo različne položaje za hranjenje in podiranje kupčkov ter primerne načine za prehode med njimi.

Hranjenje novorojenčka in dojenčka

Za varno in učinkovito hranjenje mora biti novorojenček sposoben usklajevati sesanje, požiranje in dihanje, ohranяти kardiorespiracijsko stabilnost ter vzdrževati primerno stanje čuječnosti. Tega so zdravi novorojenčki sposobni vse od rojstva naprej. Do motenj hranjenja pa lahko pride pri bolnih novorojencih ali nedonošenčkih, ki zaradi nezrelosti le-tega še niso sposobni (5). Hranjenje je za novorojenčka ena najbolj kompleksnih aktivnosti, ki jih izvaja, saj je za varno hranjenje potrebnih ogromno dejavnosti, ki zagotavljajo ustrezno koordinacijo gibov v ustni votlini, žrelu, grlu in požiralniku, hkrati pa se morajo aktivirati še mehanizmi, ki ščitijo njegova dihalna pred aspiracijo (6).

Za varno hranjenje je torej zelo pomembna koordinacija sesanja, požiranja in dihanja. Sesanje in požiranje se pri plodu pojavi med 12. in 14. tednom postmenstruacijske starosti (PMS) in zori vse do 40. tedna PMS. Plod že v maternici dnevno požira, in sicer amnijsko tekočino. Do 33. tedna PMS je sesanje šibko in slabo usklajeno s požiranjem, okoli 34. tedna PMS postane sesanje dobro razvito, čeprav sesanje in požiranje lahko še ni usklajeno z dihanjem. Od 37. tedna PMS dalje pa se pričakuje, da bo zdrav otrok zmožen uskladiti sesanje, požiranje in dihanje (7).

Steklenično hranjenje

Pri nedonošenčkih s hranjenjem po steklenički začnemo med 32. in 34.

tednom PMS, ko je otrok vitalno stabilen in kaže pripravljenost na hranjenje, in sicer z neprehranskim sesanjem (NPS) igralne dude, s sesanjem svojih prstov ali dlani ter z vsaj kratkotrajnim vzdrževanjem budnosti (8). Pričakujemo, da bodo med 36. in 38. tednom PMS osvojili polno oralno hranjenje (9). Pri novorojenčkih, ki še niso sposobni oralnega hranjenja in se jih hrani enteralno po nosno- ali ustno-želodčni cevki/sondi, je med hranjenjem po sondi zelo pomembno spodbujanje NPS in apliciranje majhne količine mleka (nekaj kapljic) na jezik novorojenčka. Na ta način novorojenčku omogočimo spoznavanje okusa, vonja in teksture mleka ter ustvarjamo povezavo med občutkom sitosti in sesanjem ter spodbujamo razvoj sesalnega refleksa. V kasnejši fazi, ko je novorojenček že sposoben delnega oralnega hranjenja, je pomembno, da se mu ponudi možnost oralnega hranjenja takrat, ko pokaže, da je na hranjenje pripravljen. O pogostosti in trajanju oralnega hranjenja se odločamo glede na novorojenčkovo vedenje, vitalno stabilnost in stanje čuječnosti (5).

Pri uspehu stekleničnega hranjenja igra veliko vlogo, poleg sposobnosti otroka in njegova primerne položaja, tudi pravilna izbira stekleničke. Ta mora imeti primerno hitrost pretoka skozi cucelj, pravilno obliko cuclja ter optimalno prezračevanje. Velikost pretoka skozi cucelj dokazano vpliva na porabo energije in vitalno stabilnost med sesanjem (10). Na hitrost pretoka iz stekleničke vpliva več dejavnikov: velikost in oblika luknje v cuclju, sesalni pritisk, hitrost sesanja, položaj novorojenčka in položaj stekleničke. Čim večji je pretok, tem hitreje se bolus tekočine kopiči v ustih, tem hitreje se proži požiranje, zaradi česar pa se dihanje večkrat prekini, novorojenčki pa se hitreje utrudijo. Zdravi novorojenčki so sposobni prilagoditi svoj vzorec sesanja in se uspejo prilagoditi na prevelik pretok, medtem ko nedonošenčki in novorojenčki z različnimi motnjami tega

niso sposobni (10). Ko je pretok mleka primeren, pa lahko novorojenček bolus tekočine ohrani v ustih, požirek pa sledi šele po 2 ali 3 sesljajih. To zmanjša frekvenco požiranja, dihanje je tako manjkrat prekinjeno in novorojenček lahko dlje časa ohranja fiziološko stabilnost in raven energije, ki mu omogoča zmožnost za učinkovito hranjenje. Zaradi vsega tega počasnejši pretok tekočine skozi cucelj omogoča varnejše hranjenje, saj zmanjšuje možnost aspiracije in ohranja dihalno stabilnost. Prav tako pa omogoča primernejšo aktiviranje sesalnih mišic za ustvarjanje pretoka, kar je zelo pomembno za primeren razvoj mišic v okolici ust. To vpliva na primernejši razvoj kasnejšega hranjenja z gosto hrano in na razvoj govora (10).

Študije (11, 12) dokazujejo, da se pri hranjenju s stekleničkami, ki imajo prezračevalni sistem, sesanje, požiranje ter dihanje bolje usklajeno, pojavlja bolj enakomeren ritem sesanja ter da dojenčki med sesanjem potrebujejo manj premorov za dihanje. Raziskave (11, 12) dokazujejo, da je pri hranjenju s stekleničkami brez prezračevalnega sistema večja možnost požiranja zraka (aerofagije), kar pa lahko povzroči večjo razdražljivost in povečano trajanje joka pri dojenčku.

Raziskave si niso enotne o tem, kateri položaj je boljši za hranjenje, osredinjajo pa se predvsem na primerjavo hranjenja v polsedečem položaju ter v bočnem privzdignjenem položaju. Dokazujejo, da v bočnem položaju prihaja do manjše nasičenosti tkiva s kisikom, do manjšega nihanja v srčni frekvenci, poveča pa se lahko tudi količina popite tekočine (13).

Zaključek

Primerno rokovanje in primerno hranjenje novorojenčka in kasneje dojenčka ima velik vpliv na njegov kasnejši razvoj. S pravilnim rokovanjem vplivamo na pravilno izgradnjo

telesne sheme, gibalnih vzorcev in drže, s čimer lahko pozitivno vplivamo na otrokovo kakovost življenja. Pri hranjenju novorojenčkov pa se moramo zavedati, da ni pomembna samo sposobnost zaužitja dovolj velike količine mleka, ki zagotavljajo ustrezno rast novorojenčka, ampak je zelo pomemben tudi način, kako novorojenček to količino zaužije. Kakovost njegovega sesalnega vzorca namreč prav tako vpliva na kakovosten razvoj drugih veščin, kot je uživanje goste hrane in razvoj govora.

Literatura

1. Dolenc Veličkovič T. Razvojno-nevrološka obravnava RNO. XIV: Osnovni tečaj Razvojno-nevrološke obravnave otrok Bobath. Kranj 2009.
2. Kolar P. et al. Clinical Rehabilitation. 1st ed. Prague. Alena Kobesova; 2013.
3. Gorenc Jazbec Š. Z gibanjem do kakovostnega gibalnega razvoja. Kranj: Fiziofit; 2020.
4. Bobath K, Bobath B. The Facilitation of Normal Postural Reactions and Movements in the Treatments of Cerebral Palsy. Physiotherapy 1964; 3–19.
5. Paro Panjan D, Lozar Krivec J. Posebnosti hranjenja pri novorojenčku. V: Groleger Sršen K, Homan M. Otroci z motnjami večine hranjenja in požiranja: interdisciplinarna obravnava: učbenik 1. tiskana izd. Ljubljana: Medicinska fakulteta: Univerzitetni klinični center: Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije – Soča, 2022: 27–37.
6. Arvedson JC, Brodsky L, Lefton-Greif MA. Pediatric Swallowing and Feeding Assessment and Management. 3rd ed. New York: Thomas Delmar Learning; 2020.
7. Costa SP, Schans CP, Zweens MJ, Meij E, Boerman MA, Bos AF. The development of sucking patterns in preterm, small-for-gestational age infants. J Pediatr 2010; 157: 603–9.
8. Lau C. Development of Suck and Swallow Mechanisms in Infants. Ann Nutr Metab 2015; 66: 7–14.
9. Nostrand SMV, Bennett LN, Coraggio VJ, Guo R, Muraskas JK. Factors influencing independent oral feeding in preterm infants. J Neonatal Perinatal Med 2015; 8: 15–21.
10. Pados BF. Milk Flow Rates From Bottle Nipples: What We Know and Why It Matters. Nurs Womens Health 2021; 3: 229–35.
11. Kreitschmann M, Epping CL, Hohoff A, Sauerland C. Sucking behaviour using feeding teats with and without an anticolic system: a randomized controlled clinical trial. BMC Pediatrics 2018; 18: 115.
12. Amereh M, Kheiri S, Kim K, Li R, Akbari M. A new venting valve for anti-colic nursing bottles. Conference: The 44th Conference of The Canadian Medical and Biological Engineering Society.
13. Raczyńska A, Gulczyńska E. The Impact of Positioning on Bottle-feeding in Preterm Infants (≤34 GA). A Comparative Study of The Semi-elevated and The Side-lying Position – a Pilot Study. Dev Period Med 2019 23: 117–24.

Lara Drole, dipl. fiziot.

Služba za medicinsko rehabilitacijo,
Pediatrična klinika,
Univerzitetni klinični center Ljubljana,
Ljubljana, Slovenija
e-naslov: lara.drole@kclj.si

Mojca Žagar Okorn, dipl. fiziot.

Služba za medicinsko rehabilitacijo,
Pediatrična klinika,
Univerzitetni klinični center Ljubljana,
Ljubljana, Slovenija
e-naslov: mojca.zagarokorn@kclj.si

Prejeto / Received: 7. 3. 2025

Sprejeto / Accepted: 26. 3. 2025

Drole L, Žagar Okorn M. Pravilno rokovanje z
novorojenčkom ter hranjenje novorojenčka in
dojenčka. Slov Pediatr 2025; 32(2): 47–50. <https://doi.org/10.38031/slovpediatr-2025-2-02>.