

Bonding-veza između majke i bebe



"Cvite! Ča od tebe lipše miriše? Dite." Tonči Petrasov Marović

Neposredno nakon porodjaja za majku, bebu i oca nastupa jedno veoma senzibilno razdoblje, koje će imati utjecaja na njihov kasniji međusobni odnos.

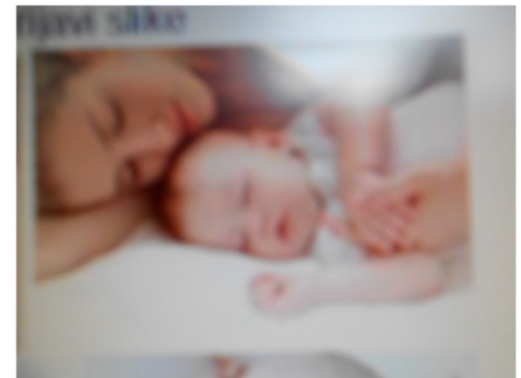
Novorođenče koje bez prekida može da ostane kod svoje majke manje plače, bolje doji i rjeđe obolijeva. Postporodjajne depresije također protiču u blažoj formi.

Ustanovljeno je da po porodu postoji "osjetljiv period", kada su majka i beba jedinstveno programirani da budu u kontaktu i pozitivno utječu jedno na drugo.

Povezivanje je, zapravo, počelo još tokom trudnoće. Zbog fizičkih i hemijskih promjena u tijelu trudnice ona je svjesna prisustva nove osobe, dok rođenje ovu vezu učvršćuje, i čini je "stvarnom". Iznutra je majka davala bebi svoju krv, a izvana joj daje svoje mlijeko, oči, ruke, glas - praktično cijelu sebe.

Ni jedan poklon majci neće nikada biti dovoljno dobar kao njen poklon djetetu - život!

Navedeno povezivanje je vratilo bebe iz dječjih soba natrag u sobe njihovih majki.



Rooming-in "protiv dječje sobe"

Rooming.in bebe manje plaču, spremnije organizuju cikluse spavanja i budjenja. Umjesto da se tješe elektronski/snimljena muzika ili otkucaji ljudskog srca/, bebe se tješe stvarnim i poznatim zvukovima.

Bebe manje pate od žutice, vjerovatno zato što dobiju više mlijeka.

Majke se bolje odmire, ne brinu se zbog odvajanja od djeteta

I kako kaže jevrejska poslovice: "Majka razumije ono što beba ne kaže"

Bebe stare dva dana, same u kolijevci, su spavale lošije od onih na grudima svojih majki. Srce bebe koja spava sama je pod trostruko većim

stresom, teže se povezuje sa majkom, i češća su oštećenja mozga, što tokom razvoja vodi poremećajima ponašanja. Dr. Nils Bergman sa univerziteta Kejptaun u Južnoj Africi smatra da bi novorođenčad trebala spavati na majčinim grudima prvih sedmica života.

Odvajanje dojenčeta od roditelja povećava stres kod djeteta, naročito ako je ostavljeno da plače, što se u odrasloj dobi očituje strahom od odvajanja.

Ako su u istom krevetu, samim pomicanjem tijela djeteta će dati do znanja da je budno, majka će ga u polusnu dojiti, i obadvoje će ponovo utonuti u san. Nema, dakle, plača, ustajanja, potpunog budjenja.

Spavanje sa roditeljima se mora provoditi na siguran način, bez zgužvanih plahti, debelih i mekih jastuka, ne na vodenom krevetu, bez alkohola i droge, uz oprez da ne pritisnu bebu, i bolje je ako roditelji nisu gojazni.

Zbog niskog kalorijskog sastava majčinoh mlijeka,koje je posebno prilagodjeno još nerazvijenom probavnom sistemu dojenčeta,beba ima potrebu za čestim noćnim podojima.Urodjene neurološke reakcije dojenčeta na majčin miris,blizinu i dodir smanjuju dječji plač i pozitivno utječu na disanje,temperaturu tijels,iskorištavanje kalorija,nivo hormona stresa,imunološki sistem i oksigenaciju.

Izgleda da spavanje bebe sa majkom nju,jednostavno,čini sretnom. Čovjek je jedinstven po tome što se biološki može normalno razvijati samo uz trajan kontakt i blizinu majke.majčino tijelo je jedino okruženje na koje je dojenče istinski prilagodjeno.

Izgleda,kada bi imale mogućnost izbora,bebe bi uvijek izabrale majčino tijelo kao ležaj umjesto madraca i pamučne posteljine.Majke su svjesne ovih sklonosti beba,te im spontano izlaze u susret.

"Sve što jesam ,i što se nadam da ću biti,dugujem svojoj majci" ,rekao je Abraham Lincoln.

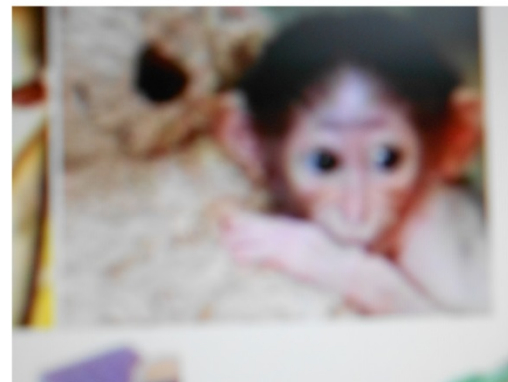
"I najveći čovjek uvijek ostaje dijete"Goethe.

"Ništa značajnije ne može učiniti za svoju djecu otac nego da voli njihovu majku" Jean-Jacques Rousseau.

I, tako, vremenom se roditelji i djeca zaljubljuju jedni u druge.

Bebe,kao i odrasli.vole da se maze,miluju i ljuljaju,što je podjednako potrebno kao i mlijeko.

Ispitivanja na majmunima su pokazala da su majmunčići više boravili uz "mamu" od pliša sa kojom su cijeli dan bili zagrljeni,a mami napravljenoj od žice,koja je davala mlijeko išli su samo da se nahrane.



Rezime: zašto preporučujemo rooming-in

_učestalost dojenja je signifikantno veća kao i prirast na težini

_beba koja spava noću sa majkom u krevetu trostruko duže doji

_djeca mirnije i duže spavaju, manje plaču, prisniji je kontakt sa majkom, doje na zahtjev

_najbolje se ugriju u kontaktu "koža na kožu"

_beba ranije prepoznaje majku i osjeća se sigurno u njenom naručju

_majka brzo postaje ekspert za svoju bebu, raspoznaje njen glas, miris, izraz, pokrete, brzo nauči da raspoznaje plač gladne bebe, nauči kako da je njeguje i kako da joj omogući udobnost

_reducirana je opasnost od infekcije, zanemarenog, zapuštenog djeteta i SIDS

Eventualni problemi:

_majka je poslije porodjaja iscrpljena, pospana, zabrinuta za bebu koja eventualno plače, povraća, zagrcne se

_bombardovana je posjetama i telefonskim pozivima

pregledi, laboratorijski nalazi, te rad osoblja može da dekuražira porodilju, pa se ona izjasni protiv rooming-in

_majka odvojena od bebe ne spava ni duže ni bolje, a beba spava znatno manje

Većina, ipak, ima pozitivan odnos prema rooming-in.

Psihološka podrška dojenju:

-Istaći značaj dojenja(ukloniti sve poruke o hranjenju flašicom,reklame vještačke hrane,cucle)

-U svakoj majci graditi osjećaj samouvjerenosti pri dojenju (hrabriti je verbalno,gestovima,omogućiti mirnu i stimulativnu atmosferu)

-Pomoći majkama da razgovaraju o svojim osjećanjima,brigama,strahovima

-potaći kod majki osjećaj samopoštovanja hvaleći ih (neophodan je topao i blag odnos prema porodilji i dojilji)

-Potaći žene da uče o dojenju kako od medicinskih radnika tako i od rodjaka,čitanjem,na nastavi za vrijeme trudnoće

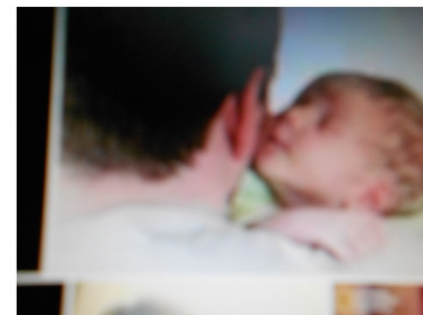
-Izbjegavati izraze koji asociraju sa problemima,propustima

-Ne postavljati previše direktnih pitanja,više slušati nego govoriti

-Obezbijediti da svaka majka zna koga će kontaktirati u slučaju bilo kakvih poteškoća sa dojenjem

Sve se više aktuelizira pitanje humaniziranja odnosa otac-dijete:

-Uloga majke nikada nije bila sporna.Sada,medjutim,sve više govorimo o "novom očinstvu".Govorimo o prisustvovanju oca porodjaju,sugerišemo boravak oca u istoj sobi u porodilištu sa majkom i bebom.bar jedan do dva sata u toku dana,ako je to izvodljivo.Otac koji pomaže majci u njezi bebe čini istovremeno uslugu i sebi.Što otac ranije uzme bebu u naručje,ranije će se uspostaviti osjećaj ljubavi i topline izmedju oca i djeteta.Očinstvo djeluje pozitivno i na očev identitet kao i na njegov odnos prema ženskom partneru.A kako je i beba zadovoljna,ostvaren je benefit za cijelu porodicu.



Zašto insistiramo na kontaktu "koža na kožu" i ranom dojenju poslije porođaja:

- Uz rani fizički kontakt dojenje je uspješnije.
- Održava se bebi na temperatura, čak se koriguje i hipotermija.
- Dijete je fizički zdravije, ima pravilniji psihički razvoj, kada odraste razvijeniji je roditeljski osjećaj.
- Navedeni kontakt ima pozitivan uticaj i na majčino ponašanje, emocionalno je stabilnija kao i njena beba.
- Povećana uterina aktivnost reducira rizik od postpartalne hemoragije.
- U slučaju porođaja carskim rezom neophodno je uspostaviti fizički kontakt čim za to budu sposobne i majka i beba.
- Velika je korist, kao što vidimo, od navedenog kontakta ništa ne košta, ili zahtjeva više osoblja, tek mali dodatni trening.
- Profesionalna rutina može da predstavlja "problem" (brisanje bebe, vaganje, oblačenje, grijanje na toplom stolu), može da djeluje obeshrabrujuće na majku mada
- Mnoga iskustva majki puna entuzijazma odnose se baš na rani kontakt "koža na kožu" sa svojom bebom (nismo doživjeli da majka odbije taj kontakt).

U osnovi kengur metode je "kontakt koža na kožu".

Poznato je da kengur pripada posebnoj grupi životinja, torbara, čiji se mladunci radjaju

odmah nakon embrionalnog perioda i čitav fetalni period razvoja se odvija van materice, u spoljnoj sredini, u torbi sopstvene majke, koju napuštaju tek kada se

sazrijevanje okonča, u vrijeme porodjaja.

Ovakav tip njege sa stalnim kontaktom "koža na kožu" između majke i bebe je

primjenjivao milionima godina tokom humane evolucije. Opisivan je kao osnovni način

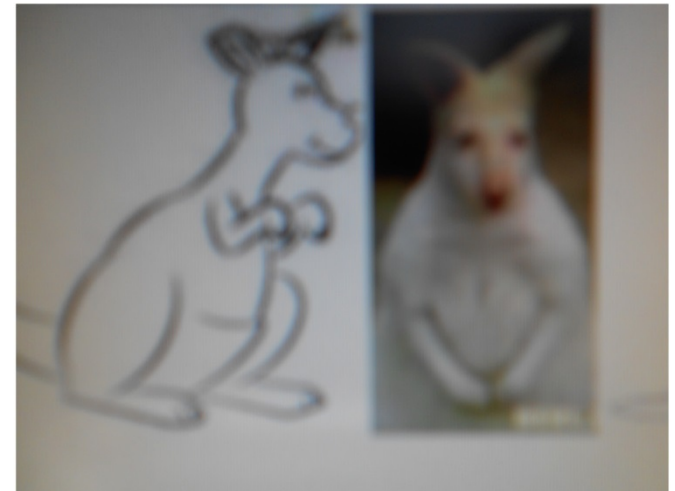
njege beba u mnogim plemenima (Bocvana, Namibija).

Navedeni način njege je zvanično nastao 1978. u Kolumbiji, a njegovu osnovu su činili

kengur pozicija, isključivo dojenje, rani otpust iz bolnice i redovne kontrole.

Bolje odgovara prevremeno rođenim bebama, a dokazane prednosti su:

- održavanje tjelesne temperature
- rjeđe apnoične pauze
- smanjenje stresa i bola
- bolja organizacija sna
- ishrana je prijatnije iskustvo
- brže započinjanje dojenja
- bolje napredovanje
- povoljan uticaj na psihomotorni razvoj bebe
- kraći boravak u bolnici
- razvijanje privrženosti
- ohrabrenje majke i porodice



Beba je tako divan početak života!

Beba se radja sa potrebom da bude voljena, i nikad ne preraste tu potrebu.

Jedno od najvećih zadovoljstava na svijetu je kada beba podrigne onda kada treba.

Prema mišljenju Džoni Depa jedina stvorenja koja su dovoljno evoluirala da vam pruže punu ljubav su psi i bebe.

Sve žene postanu kao njihove majke. to je njihova tragedija. Ni jedan muškarac ne postane kao svoja majka. To je njihova tragedija. Oscar Wilde.

Trebaju li bebi flašica i cucla? |

Vizija bebe je neraskidivo vezana za cuclu i flašicu.

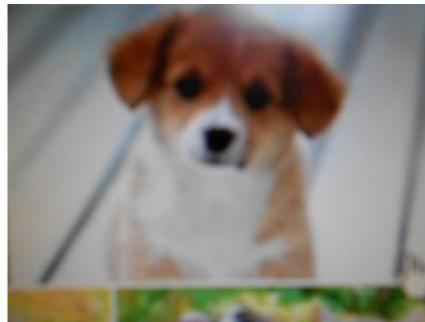
Flašica i cucla su simboli novorodjenčadi i beba.

Svaka lutka u prodavnici u svojoj standardnoj opremi ima flašicu i cuclu.

Poklon paketi za novorodjenčad često sadrže iste. Čak i sami, kada pravimo poklon bebi lako se zaletimo i posegnemo za nekom fensi flašicom ili preslatkom cuclom.

A beba, zapravo, nema potrebu ni za jednim ni za drugim.

jedan od osnovnih principa i preporuka za uspješan početak dojenja je da beba doji na zahtjev.



.Sisanje cucle je sasvim različito od sisanja dojke. Tehnika pokreta i prihvatanja je potpuno različita. Bebe cuclu ne mogu sisati kao dojku, a dojku bogu sisati kao cuclu. To je problem tzv. "konfuzija bradavice". Kada beba prihvata dojku kao cuclu prihvata je preplitko, na tvrdo nepce, i tako oštećuje bradavicu. Dojenje je neefikasno, i bebi treba više napora da dodje do kvalitetnog obroka.

Problem je i u privremenom nudjenju utjehe, kada se majčinom organizmu ne šalje signal da je u tom trenutku potrebno mlijeko.

Flašica uzrokuje još veće probleme, jer je tehnika pijenja na flašicu potpuno različita. Davanje hrane na flašicu ne zahtjeva trud, ne zahtjeva stimulaciju refleksa otpuštanja i čekanje da dragocjena tečnost krene. Kako se bebe radjaju pametne, one će se opredjeliti za način koji je lakši. Hranjenje na flašicu u početku može uzrokovati odbijanje dojenja .. Vještačka hrana zadovoljava bebinu probavu na duže vrijeme, pa se opet šalju pogrešni signali za majčin organizam, da mlijeko nije potrebno.

Ako se, ipak, javi potreba za dodavanjem dječje formule uz dojenje, preporučuje se da se daje alternativnim načinima: kašičica, šprica, šoljica.

Oprez sa vještačkom bradavicom!

Umjetne bradavice su mekani "šeširići" napravljeni od lateksa, silikona ili gume, koji se za vrijeme podoja stavljaju preko bradavice majke.

Beba sa vještačkim bradavicama ne može do kraja izdojiti dojku, i dolazi do nedovoljnog pražnjenja dojke, a može se smanjiti i količina mlijeka. Jer ne dolazi do srstimulacije majčine areole u toku dojenja. Jednom rječju, vještačke bradavice prave više problema nego što ih rješavaju! Djecu navikavaju na flašice i cucle, umjesto na majčine grudi.

Dakle, biti strpljiv i vjerovati u svoje tijelo i svoje dojke, preporuka je.

Novorođena beba plače,a tek je nahranjena.Prvo pitanje koje se postavlja je da li je gladna. Pokušati dojiti bebu svaka dva sata,i to podrazumjeva dva sata od početka jednog do početka drugog hranjenja.

Prvih sedmica života bebin želudac je veličine ping-pong loptice ili bebine šačice,pa ne može odjednom primiti veću količinu mlijeka,niti izdržati veće razmake izmedju hranjenja.

beba svojim sisanjem reguliše količinu i sastav mlijeka.

Česti rani signali gladne bebe su vrpoljenje,mljackanje i okretanje prema prsima.

Ako beba zahtijeva veću količinu mlijeka,to ne znači da ga najka nema dovoljno,nego da majka hrani bebu češće nekoliko dana,kako bi se proizvodnja mlijeka prilagodila na novu, veću količinu.

Kada beba zaplače nije jasno da li je gladna ili žedna.Ona,srećom,može regulisati tip mlijeka koji joj je potreban. prvo mlijeko je nešto kao obrano mlijeko,utažiće bebinu žeđ.kako hranjenje napreduje povećava se količina masnoće u mlijeku.Beba će zadovoljiti glad tek nakon dužeg perioda sisanja .. Beba mora dovršiti sa sisanjem jedne dojke kako bi dobila ono najkvalitetnije mlijeko.nakon što je nahranjena i podrignula,trebalo bi joj dati da sisa drugu dojku par minuta.

Prosječno beba zahtjeva 8-10 dojenja dnevno.

Dojenje ne treba biti ustrojeno majčinim rasporedom,nego bebinim potrebama.Znači,treba gledati u bebu,a ne na sat.

Znaci da beba dobiva dovoljno mlijeka:

.Poslije hranjenja spava par sati

.Sisa svaka 2-3 sata

-Sisa bar 10 minuta tokom hranjenja ne više od 60 minuta

-Može se čuti sisanje i gutanje tokom hranjenja

-Obično sisa iz obje dojke u jednom hranjenju

-Grudi su pune prije a prazne nakon hranjenja

-beba izgleda sita i zadovoljna

U prvim danima života sva bebina čula odlično funkcionišu. Posebno, kao spužva, upija zvukove, slike i mirise. bebu koja plače će naročito smiriti zvukovi slični onima koje je slušala u trbuhu. Interesantno je da se beba smiri kada čuje fen ili usisivač. To su, naime, zvukovi slični onima koje je slušala u utrobi.

Jedno od najčešćih zahtjevnih ponašanja djece je situacija kada beba ne želi zaspati. Ako nije riječ o fizičkom problemu (bolest, kolike) najčešći razlog je emotivne prirode. Sve je u redu kada bebu dočeka emocionalno stabilna, otvorena, sretna mama. Imajući povjerenje u mamu i život beba će sigurna utonuti u san. Ako je nesigurna ogłosiće se jakim plačem (prirodaje bebu obdaruila moćnim glasnicama i iritantnim tonom). Dijete ne treba ostaviti da plače samo, treba ga uzeti u naručje i pomoći mu da isplače, neke svoje, nama teško shvatljive, frustracije.

Dojenje je prirodan, fiziološki proces koga mogu da ometu mnogi faktori:

- induciran porod često rezultira nespremnom majkom i nezrelim novorođenčetaom
lijekovi dati majci stižu do djeteta već za nekoliko minuta i mogu da ometu respiratornu funkciju. čime je narušena koordinacija disanja, sisanja i gutanja (narkotici, anestetici)
učinci mehaničkih sila i asimetrija naročito glave i vrata može da doprinese slabijem sisanju
- odvajanje majke i djeteta (čak i bezazleni postupci poput vaganja i mjerenja narušava odgovor sisanja)
- kupanje novorođenčeta odmah nakon porodjaja ometa dojenje (miris amnionske tečnosti može nekad potaknuti bebu na dojenje)
- carski rez (teže je pronaći udoban položaj ,oporavak majke duže traje, mnoge majke imaju problem sa ranom uspostavom laktacije, sve to otežava dojenje)
- U prevladavanju problema ne koristiti flašicu i dohranu, izmlazanje po potrebi, kontakt koža na kožu uvijek pomaže

Dohranjivanje dijene bebe mliječnom formulom

Čak i male količine formule date isključivo dojenom djetetu rezultiraće promjenom crijevne flore.

Nakon ponovnog uspostavljanja isključivog dojenja potrebne su 2-4 sedmice da se crijevna flora i intestinalna okolina vrate u prijašnje stanje.

Nadomjesci za majčino mlijeko se, prema WHO, nalaze na posljednjem mjestu kao opcija hranjenja beba do 6 mjeseci:

- majčino mlijeko tj dojenje
- izmuženo majčino mlijeko
- mlijeko druge dojilje ili iz banke mlijeka
- dojenačka formula

Nedojene bebe imaju dvostruko veći rizik od obolijevanja i veću smrtnost u prvih šest mjeseci.

Gastrointestinalni trakt normalnog fetusa je sterilan.

Novorođenče rođeno vaginalnim putem kolonizirano je majčinim bakterijama

Novorođenče rođeno carskim rezom je češće izloženo mikrobima iz zraka, od druge novorođenčadi ili osoblja bolnice koji imaju ulogu vektora prilikom prenosa bakterija najvećem riziku od kolonizacije neželjenim mikrobima su izložene bebe rođene carskim rezom, nedonošad i bebe odvojene od majke

Dojene bebe imaju niži pH crijevne flore kojom dominira bifidobakterija i reducirane patogene bakterije (E.coli, bacteroides, clostridia, streptokoki), dok bebe hranjene formulom imaju visoku pH vrijednost crijevne flore sa mnoštvom bakterijskih vrsta dakle, "Samo jedna flašica neće škoditi" .. ili hoće?