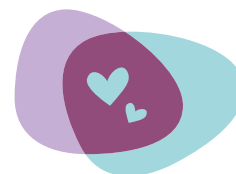




This
flyer is
available in
several languages.
➔ www.vvoc.be

Een bijzondere start Um começo especial



VVOC

*Vlaamse Vereniging voor
Ouders van Couveusekinderen*

Met dank aan de steun van  **Chiesi**
Com os agradecimentos a

NL
Nederlands

PT
Português

Dag beste ouders

Een vroeggeboorte, een risicovolle bevalling, een opname op neonatologie door ziekte, het is een erg ingrijpende gebeurtenis voor je kindje en voor jullie als ouders. Noch de ouders noch het kindje zijn fysisch of psychisch klaar om deze stap te zetten en toch gebeurt het. Het veilig samen-zijn van ouder en kind wordt verbroken.

Iedereen gaat hier anders mee om, sommigen schakelen over op automatische piloot en hebben de indruk dat alles aan hen voorbij gaat, anderen zijn al hun woorden en emoties kwijt en nog anderen worden overspoeld door angst, verdriet, woede, teleurstelling, schuldgevoelens, ... Het zijn allemaal normale reacties.

Gun jezelf tijd en ruimte om deze overdonderende gebeurtenis een plaats te geven. Praat erover en schrik er niet voor terug om bijvoorbeeld druk familiebezoek nog wat uit te stellen. Zo zal je ook tijd en ruimte vinden om kennis te maken met jouw kindje.

De afdeling zorgt dan wel voor de medische en verzorgende taken, maar kan nooit jouw taak als ouder overnemen. Zelfs de kleinste kinderen voelen en horen wanneer hun ouders bij hen zijn. Samen met het team van neonatologie kan jij voor jouw kindje zorgen.

Met deze folder hopen we je een kleine reisgids te kunnen aanbieden voor deze onbekende wereld van de dienst neonatologie. Hij geeft je een overzicht van hoe je kindje wordt geholpen, wat er zoal staat en gebeurt op de afdeling, wat je zelf kan doen, ... Blijf nooit zitten met vragen. Stel ze gerust en schrik er niet voor terug om ze opnieuw te stellen als het niet duidelijk is of als je iets vergeten bent.

Ook zijn er misschien gebruiken uit je land, cultuur of geloof die je belangrijk vindt. Zo mogen in sommige culturen vaders hun kind de eerste dagen niet aanraken, of krijgt het kind nog geen naam. Bespreek dit tijdig met de artsen of verpleging indien je wenst dat ze met deze gebruiken rekening houden. In onze cultuur zijn ze mogelijk onbekend, maar ze zijn steeds bespreekbaar.

DE AFDELING NEONATOLOGIE	4
De kinderen op de afdeling neonatologie	4
• Zieke kinderen	4
• Vroeggeboren kinderen	4
ZORG EN GEBORGENHEID	8
MEDISCHE OPVOLGING	10
Hoe wordt een kind geholpen op de afdeling neonatologie?	12
• Voeding	12
• Infecties	12
• Longen	12
• Hart, bloedvaten, hersenen	14
• Spieren	14
• Ogen en oren	14
• Slaap	14
TESTEN EN ONDERZOEKEN	16
LIEFDE VAN DE OUDERS	20
Wat kan je zelf doen?	22
• Je rol als ouder	22
• Hygiëne	22
• Contact	22
• Voeding	22
• Kleding	24
VOEDING	32
VAN COUVEUSE NAAR BEDJE THUIS	36
Overplaatsen naar een ander ziekenhuis	38
En daarna: thuis!	40
• Het kamertje	40
• Het badje en de kleding	40
• Graag rust, regelmaat en reinheid.	40
• Gezondheid en medische opvolging	40
Tot slot	42

O DEPARTAMENTO	5
As crianças no departamento de neonatologia	5
• Crianças doentes	5
• Crianças nascidas cedo	5
CUIDADOS E SEGURANÇA	9
ACOMPANHAMENTO MÉDICO	11
Como é que uma criança é ajudada no departamento de neonatologia?	13
• Nutrição	13
• Infecções	13
• Pulmões	13
• Coração, vasos sanguíneos, cérebro	15
• Músculos	15
• Olhos e ouvidos	15
• Dormir	15
TESTES E INVESTIGAÇÃO	17
AMOR DOS PAIS	21
O que pode fazer você mesmo?	23
• O seu papel como pai	23
• Higiene	23
• Contacto	23
• Nutrição	25
• Vestuário	25
NUTRIÇÃO	33
DA INCUBADORA AO BERÇO EM CASA	37
Transferência para outro hospital	39
E depois disso: casa!	41
• A pequena sala	41
• O banho e a roupa	41
• Como a paz, a regularidade e a limpeza.	41
• Vigilância médica e sanitária	41
Para concluir	43

Olà caros pais

Um nascimento prematuro, um parto de alto risco, uma admissão à neonatologia devido a doença, é um acontecimento muito profundo para o seu filho e para si como pais. Nem os pais nem a criança estão física ou psicologicamente preparados para dar este passo e, no entanto, ele acontece. A segurança dos pais e da criança é quebrada.

Todos lidam com isto de forma diferente, alguns mudam para piloto automático e têm a impressão de que tudo passa por eles, outros perderam todas as suas palavras e emoções e ainda outros são dominados pelo medo, tristeza, raiva, desilusão, culpa, ... Todas estas são reações normais.

Dê a si próprio tempo e espaço para dar um lugar a este evento esmagador. Fale sobre isso e não tenha medo de adiar, por exemplo, visitas familiares ocupadas. Desta forma, também encontrará tempo e espaço para conhecer o seu filho.

O departamento pode tomar conta das tarefas médicas e de cuidados, mas nunca poderá assumir o seu trabalho como pai. Mesmo as crianças mais pequenas sentem e ouvem quando os seus pais estão com elas. Juntamente com a equipa de neonatologia pode tomar conta do seu filho.

Com esta brochura esperamos poder oferecer-lhe uma pequena guia de viagem para o mundo desconhecido do departamento de neonatologia. Dar-lhe-á uma visão geral de como o seu bebé é ajudado, o que está de pé e o que acontece no departamento, o que pode fazer você mesmo, ... Nunca fica preso com perguntas. Pergunte-lhes e não tenha medo de lhes perguntar novamente se não está claro ou se esqueceu de alguma coisa.

Pode também haver costumes do seu país, cultura ou religião que considere importantes. Por exemplo, em algumas culturas os pais não estão autorizados a tocar nos seus filhos durante os primeiros dias, ou a criança ainda não recebeu um nome. Discuta isto em tempo útil com os médicos ou enfermeiros se quiser que eles tenham em conta estes costumes. Na nossa cultura, podem ser desconhecidos, mas podem sempre ser discutidos.

De kinderen op de afdeling neonatologie

Op een couveuseafdeling worden kinderen opgenomen die na de geboorte extra medische hulp nodig hebben. Er liggen vroeggeboren kinderen, maar ook kinderen die problemen hebben na de geboorte (infecties, zuurstofnood, ...) of waarvan de artsen vermoeden dat ze een aangeboren aandoening hebben.

Zieke kinderen

Bij zieke kinderen concentreert de behandeling zich vooral op de ziekte van het kind. Of een ziekind wordt opgenomen op de afdeling intensieve zorgen of op een 'gewone' couveuseafdeling, hangt van de situatie af.

Vroeggeboren kinderen

Wanneer spreken we van een vroeggeboren kind (prematuur, preterm)?

Van vroeggeboorte is sprake als een kind geboren wordt na een zwangerschap van minder dan 37 weken. Hoe korter de zwangerschap, hoe kwetsbaarder het kind is. Een kind geboren na minder dan 32 weken wordt opgenomen op een speciale afdeling intensive care voor baby's (NICU), waar de medische zorg uiterst gespecialiseerd is en bijvoorbeeld beademing mogelijk is. Een kind dat geboren wordt tussen ongeveer 32 en 36 weken wordt normaal opgenomen op de medium care couveuseafdeling van een gewoon ziekenhuis (N*).



Bij vroeggeboorte of andere ernstige medische problemen wordt de baby opgenomen op de N* of NICU waar hij extra zorg kan krijgen tot hij zelfstandig genoeg is om naar huis te mogen. De baby's liggen in een couveuse waar hun temperatuur op peil wordt gehouden en extra zuurstof kan worden toegediend. De klok rond worden de kindjes intensief opgevolgd door artsen en verpleegkundigen.

Em caso de nascimento prematuro ou outras razões médicas graves, o bebé é admitido na N* ou NICU onde pode receber cuidados adicionais até ser suficientemente independente para poder ir para casa. Os bebés encontram-se numa incubadora onde a sua temperatura é mantida e o oxigénio extra pode ser administrado. Médicos e enfermeiros monitorizam os bebés intensivamente 24 horas por dia.

As crianças no departamento de neonatologia

As crianças que necessitam de assistência médica extra após o nascimento são admitidas numa ala de incubação. Há bebés prematuros, mas também crianças que têm problemas após o nascimento (infecções, falta de oxigénio, ...) ou das quais os médicos suspeitam que têm uma doença congénita.

Crianças doentes

Com crianças doentes, o tratamento centra-se principalmente na doença da criança. Se uma criança doente é admitida na unidade de cuidados intensivos ou numa ala de incubação "normal" depende da situação.

Crianças nascidas cedo

Quando é que uma criança nasce prematura (pré-termo)?

O nascimento prematuro é quando uma criança nasce após uma gravidez de menos de 37 semanas. Quanto mais curta for a gravidez, mais vulnerável será a criança. Uma criança nascida após menos de 32 semanas é admitida numa unidade especial de cuidados intensivos para bebés (UCIN), onde os cuidados médicos são altamente especializados e, por exemplo, a respiração artificial é possível. Uma criança nascida entre cerca de 32 e 36 semanas é normalmente admitida no departamento de incubadora de cuidados médios de um hospital normal (N*).



» Oorzaken van een vroeggeboorte

“Waarom is mijn kind te vroeg geboren?” is een vraag die iedere ouder zich stelt. Jammer genoeg is de oorzaak heel vaak niet duidelijk. Mogelijke oorzaken kunnen zijn:

- ▶ de weeën starten te vroeg
- ▶ de vliezen breken vroegtijdig
- ▶ de navelstreng is niet meer goed doorbloed
- ▶ de placenta werkt niet goed of laat los
- ▶ de moeder heeft een gevaarlijk hoge bloeddruk...

De oorzaak kan ook bij het kind liggen. Als het niet goed gaat met het kind, moet het soms geboren worden.

Als het mogelijk is, wordt een te vroege bevalling tegengehouden met behulp van weeënremmers en krijgt de moeder een injectie met een hormoonpreparaat, corticosteroiden, om de longen van het kind versneld te laten rijpen.

De kwetsbaarheid van het preterm kind

Na de geboorte van een te vroeg geboren kind vormt de onrijpheid het grootste probleem. Het team van de dienst neonatologie probeert het kind dat fysiek nog niet klaar is om zelfstandig te overleven zo goed mogelijk te helpen en tijd te geven om verder te ontwikkelen.

→ Causas do nascimento prematuro

“Porque é que o meu filho nasceu prematuro?” é uma pergunta que todos os pais fazem. Infelizmente, muito frequentemente a causa não é clara. Possíveis causas podem incluir:

- ▶ as contrações começam demasiado cedo
- ▶ as águas rompem prematuramente
- ▶ o cordão umbilical já não é bem fornecido com sangue
- ▶ a placenta não funciona corretamente ou está descolada
- ▶ a mãe tem uma tensão arterial perigosamente alta.

A causa também pode estar na criança. Se a criança não está bem, por vezes tem de nascer.

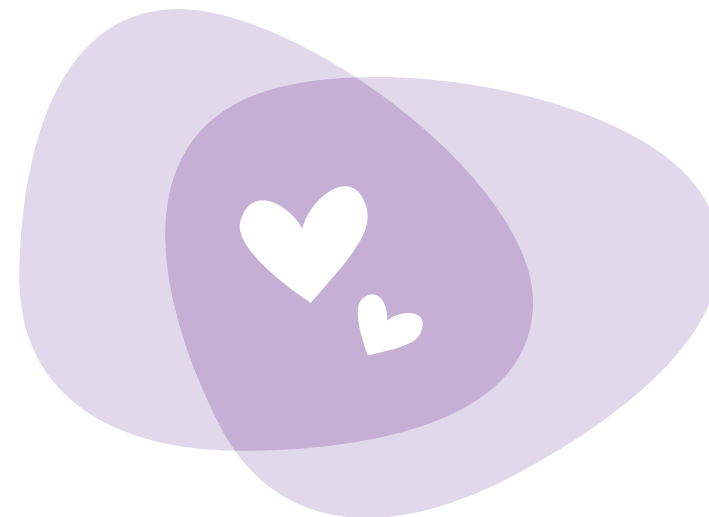
Se possível, o parto prematuro é interrompido com anticonvulsivos e é dada à mãe uma injeção de uma preparação hormonal, corticosteroides, para acelerar a maturação dos pulmões da criança.

A vulnerabilidade do recém-nascido prematuro

Após o nascimento de uma criança prematura, a imaturidade é o maior problema. A equipa de neonatologia tenta ajudar a criança tanto quanto possível e dar-lhe tempo para se desenvolver.



In de couveuse krijgt de baby een tutje op maat en is er plaats voor persoonlijke knuffels. Ondanks de hoogtechnologische omgeving is er ook ruimte om te genieten.



Na incubadora o bebé recebe uma chupeta feita à medida e há espaço para um brinquedo de peluche pessoal. Apesar do ambiente de alta tecnologia, há também espaço para o prazer.

Zorg en geborgenheid



Het kindje wordt in een nestje gelegd zodat het geborgen ligt en zijn houding die van in de buik benadert.

A criança é colocada em um ninho de forma que fique segura e sua postura se aproxime da quando estava na barriga.

Voor het comfort van de baby wordt de couveuse afgedekt met een hoes om licht en geluid te beperken zoals in de baarmoeder.

Cuidados e segurança



Ook inbakeren kan het kind tot rust brengen en een gevoel van geborgenheid geven.

Enfaixar também pode acalmar a criança e dar-lhe uma sensação de segurança.



Para o conforto do bebê, a incubadora é coberta com uma tampa para limitar a luz e o som como no útero.

Medische opvolging



Beademing:

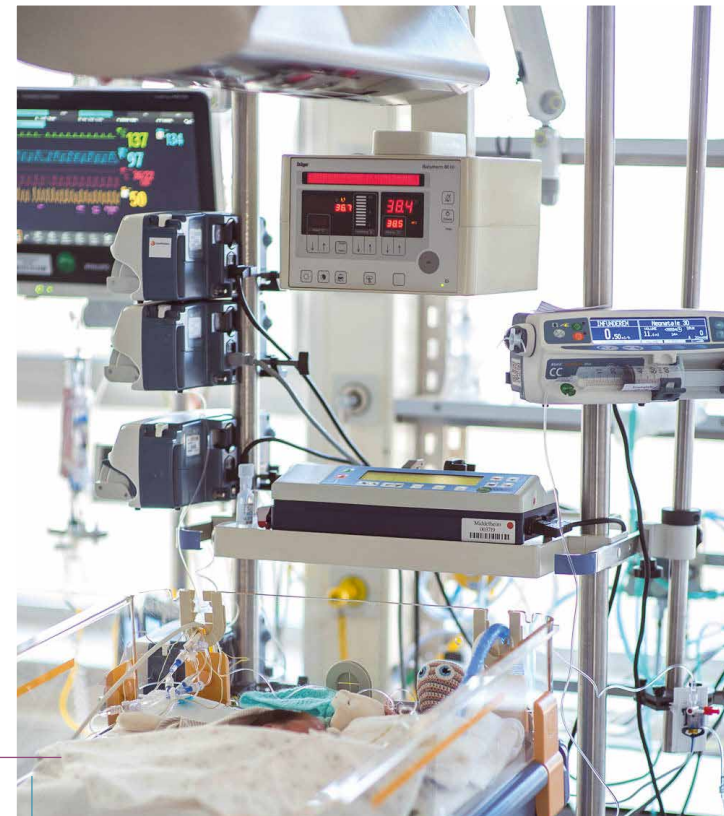
Het kind kan beademd worden en de lucht wordt verwarmd, bevochtigd en indien nodig verrijkt met zuurstof. Bij beademing neemt een machine de ademhaling over, bij CPAP (Continuous Positive Airway Pressure) ademt het kind zelfstandig met extra ondersteuning om de longetjes open te houden.

Elk kindje wordt bewaakt en (zo nodig) ondersteund door apparatuur. Hartslag, ademhaling, zuurstofgehalte, temperatuur en bloeddruk worden gemeten. Via infuuspompen kunnen vocht en medicatie langzaam toegediend worden. Met het aspiratietoestel worden storende slijmpjes weggezogen.

Acompanhamento médico

Respiração:

A criança pode ser ventilada e o ar é aquecido, humidificado e, se necessário, enriquecido com oxigênio. Com ventilação, uma máquina toma conta da respiração. Com CPAP ou Optiflow, a criança respira independentemente com pressão positiva adicional como suporte, para manter os pulmões abertos.



Cada criança é monitorizada e (se necessário) apoiado por equipamento. Medem-se os batimentos cardíacos, respiração, níveis de oxigênio, temperatura e pressão sanguínea. Os fluidos e medicamentos podem ser administrados lentamente utilizando bombas de infusão. O aspirador é utilizado para sugar qualquer muco que possa estar a incomodar o bebê.

Voeding

Een baby die veel te vroeg geboren wordt, kan nog niet zelf drinken, maar zijn vertering mag gestimuleerd worden. Daarom begint men ermee hele kleine beetjes voeding met een slangetje (sonde) rechtstreeks in de maag te geven. Ook voor een te vroeg geboren kind is moedermelk de beste keuze. Moedermelk is aangepast aan de vroeggeboorte. Het opbouwen van de productie duurt echter enkele weken, daarom is het heel goed als de moeder start met afkolven! Als dit niet kan of niet lukt is er aangepaste kunstvoeding voorhanden. In de tussentijd krijgt het kind zijn voeding via een infuus in een ader van de arm, het been, op het hoofdje of soms in de navel. Als de baby 33 of 34 weken is (gerekend in zwangerschapsweken) wordt geprobeerd of het kind zelf wil drinken. Rechtstreeks aan de borst, of met een flesje.

Infecties

Door de vroeggeboorte en het verblijf op een N* of NICU is er een risico op het oplopen van infecties. Preterm kindjes zijn daar extra gevoelig voor omdat ze minder afweerstoffen meegekregen hebben. Als de arts vermoedt dat uw kind een infectie heeft opgelopen, wordt er gestart met antibiotica.

Longen

Een vroeggeboren baby heeft vaak onrijpe longen die de neiging hebben om niet voldoende open te blijven. Daarvoor krijgt de baby ondersteuning en medicijnen. Ook komt het nog wel eens voor dat de baby 'vergeet' te ademen, dat heet 'apneu'. Maar ook het hartritme kan even dalen, dat heet bradycardie. Daarom wordt via de monitor de ademhaling en de hartslag opgevolgd. Als het nodig is, zal je kindje aan de beademing worden gelegd, of »



Aan het voetje zit de saturatiemeter, die het zuurstofgehalte in het bloed meet. De plakkers op het lichaam meten de temperatuur en de hartslag. Aan de neus is de maagsonde zichtbaar.

Wanneer voeding nog niet mogelijk is of de vertering onvoldoende is, krijgt het kind vocht en calorïen via een infuus.

Nutrição

Um bebê que nasce prematuro ainda não pode beber sozinho, mas a sua digestão pode ser estimulada. É por isso que quantidades muito pequenas de alimentos são introduzidas diretamente no estômago através de um tubo. O leite materno é também a melhor escolha para um bebê prematuro. O leite materno está adaptado ao parto prematuro. No entanto, a construção da produção leva várias semanas, por isso é muito bom para a mãe começar a bombear! Se isto não for possível ou não funcionar, há leite artificial adaptado disponível. Entretanto, o bebê receberá a sua nutrição através de uma infusão numa veia no braço, perna, cabeça ou por vezes no umbigo. Quando o bebê tem 33 ou 34 semanas (contadas em semanas de gestação), é feita uma tentativa para ver se a criança quer beber sozinha. Diretamente ao peito, ou com um biberão.

Infeções

Devido ao nascimento prematuro e à estadia num N* ou UCIN, há o risco de contrair infeções. Os bebês prematuros são extra sensíveis a isto porque lhes foram administrados menos anticorpos. Se o médico suspeitar que o seu filho contraiu uma infeção, os antibióticos são iniciados.

Pulmões

Um bebê prematuro tem frequentemente pulmões imaturos que tendem a não se manter suficientemente abertos. O bebê recebe apoio e medicação para isso. Por vezes, o bebê também "esquece" de respirar, o que se chama "apneia". Mas o ritmo cardíaco também pode baixar durante algum tempo, o que é chamado bradycardia. Por este motivo, a respiração e o ritmo cardíaco são monitorizados através do monitor. Se necessário, o seu bebê será co-



Se a alimentação ainda não for possível ou se a digestão for inadequada, a criança recebe fluidos e calorías através de uma infusão.

» krijgt het ademhalingsondersteuning met behulp van slangetjes in zijn neus (CPAP of Optiflow).

Hart, bloedvaten, hersenen

De hersenen en bloedvaten zijn nog niet voldoende rijp bij veel te vroeg geboren baby's. Door regelmatig een echo van het hoofd en het hart te maken, houdt de arts de situatie in het oog.

Spieren

Nu het kindje geboren is, ligt het niet meer in een gebogen houding in het vruchtwater van de baarmoeder. Omdat deze houding belangrijk is voor de motorische ontwikkeling, wordt je kindje in de couveuse meestal in een 'nestje' gelegd. Ter ondersteuning wordt er soms ook een fysiotherapeut/kinesitherapeut ingeschakeld.

Ogen en oren

Preterme kindjes zijn nog erg gevoelig voor licht en lawaai. De couveuse wordt daarom afgedekt om hen te beschermen tegen overmatig licht en het geluidsniveau wordt zo veel mogelijk beperkt. Bij een vroeggeboorte zijn de bloedvaten van het netvlies nog niet volledig ontwikkeld. Om te zien of de groei van die bloedvaatjes goed verloopt, worden de oogjes regelmatig nagekeken door de oogarts. Ook het gehoor wordt getest voor het ontslag.

Slaap

Tijdens de dag is er een slaap-waakpatroon dat zich continu afwisselt. Geniet samen van de wakkere momenten om contact te leggen met elkaar. Deze sociale interactie kan in het begin nog vermoeiend zijn. De slaapcyclus is voor de rust en ontwikkeling belangrijk, respecteer de diepe slaap van de baby zodat hij kan herstellen van de vele prikkels en de hersenen verder kunnen uitrijpen.

Het gewicht wordt regelmatig gemeten. Aangezien dit een ingrijpende gebeurtenis is voor het kind wordt dit niet altijd dagelijks gedaan.



Vroeggeboren baby's worden sneller geel (icterus) dan andere kinderen. Ze worden dan een aantal dagen onder een lamp gelegd met de huid zo veel mogelijk vrij en de oogjes afgedekt tegen het felle licht.

→ locado num ventilador ou receberá apoio respiratório através de tubos no seu nariz (CPAP ou Optiflow).

Coração, vasos sanguíneos, cérebro

O cérebro e os vasos sanguíneos ainda não estão suficientemente maduros em bebês prematuros. Ao fazer regularmente um ultra-som da cabeça e do coração, o médico vigia a situação.

Músculos

Agora que o seu bebê nasceu, já não está deitado numa posição dobrada no líquido amniótico do útero. Como esta posição é importante para o desenvolvimento motor, o seu filho é normalmente colocado num "ninho" na incubadora. Um fisioterapeuta / fisioterapeuta é por vezes chamado para apoio.

Olhos e ouvidos

Os bebês prematuros ainda são muito sensíveis à luz e ao ruído. A incubadora está, portanto, coberta para os proteger da luz excessiva e o nível de ruído é limitado tanto quanto possível. Com um parto prematuro, os vasos sanguíneos da retina ainda não estão completamente desenvolvidos. Para ver se os vasos sanguíneos estão a crescer corretamente, os olhos são verificados regularmente pelo oftalmologista. A audição também é testada antes da descarga.

Dormir

Durante o dia há um padrão de dormir-despertar que se alterna constantemente. Aproveitem os momentos de despertar juntos e façam contacto uns com os outros. Esta interação social pode ser cansativa no início. O ciclo do sono é importante para o descanso e desenvolvimento, respeitar o sono profundo do bebê para que ele possa recuperar dos muitos estímulos e o cérebro possa continuar a amadurecer.

O peso é medido regularmente. Uma vez que este é um evento importante para a criança, nem sempre se faz isto diariamente.



Os bebês prematuros tornam-se amarelos (icterus neonatorum) mais rapidamente do que as outras crianças. São então colocados debaixo de uma lâmpada durante alguns dias com a pele exposta o mais possível e os olhos cobertos contra a luz brilhante, para que a bilirrubina no sangue seja decomposta mais rapidamente.

Testen en onderzoeken



Om de medische toestand van het kind maximaal te kunnen volgen, zijn meestal een aantal testen of onderzoeken noodzakelijk.

Met een RX-foto krijgen artsen een beeld van de toestand van de longen en/of de buik. Zo kan men ook nagaan of een katheter of beademingstube goed geplaatst is.

Via een echografie worden de hersenen bekeken en kunnen ook andere organen onderzocht worden, bv hart, nieren, darmen, ...

Testes e investigação

São geralmente necessários vários testes ou exames para monitorizar o estado clínico da criança o mais de perto possível. Com um raio-X, os médicos podem ter uma ideia do estado dos pulmões e/ou do abdómen. Podem também verificar se um cateter ou tubo de ventilação foi colocado corretamente.



Um ultra-som analisa o cérebro e pode também examinar outros órgãos, por exemplo, o coração, rins, intestinos, etc.



De kwetsbare oogjes worden zorgvuldig opgevolgd.

Ook het gehoor wordt getest.

A audição também é testada.

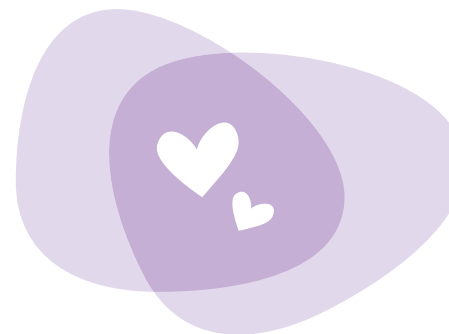


Os olhos frágeis são cuidadosamente monitorizados.



Voor het vertrek naar huis wordt de wiegendoodtest afgenomen.

Antes de sair para casa, é feito o teste da morte do berço, se necessário.



Liefde van de ouders

Ook de liefde van de ouders is levensnoodzakelijk voor deze kleine baby's. Vanaf het begin kan je contact maken met je kindje in de couveuse, door bijvoorbeeld zachtjes te praten.

De verpleegkundigen staan klaar om vragen te beantwoorden en je te helpen om je kindje stap per stap te leren kennen en te verzorgen.



Amor dos pais



O amor dos pais é vital para estes pequenos bebés. Desde o início pode entrar em contacto com o seu bebé na incubadora, por exemplo, falando suavemente e tocando suavemente no seu bebé.

As enfermeiras estão disponíveis para responder a perguntas e ajudá-lo a conhecer e cuidar do seu bebé passo a passo.

Wat kan je zelf doen?

Je rol als ouder

Vele ouders hebben het moeilijk om contact te maken met hun kindje. Ze zijn bang om hun kind nog te verliezen. Het kind ziet er nog zo klein en kwetsbaar uit en vaak is fysiek contact maar beperkt mogelijk. Ze worden afgeschrikt door de apparatuur en de drukte. Ze hebben het gevoel dat het kind niet van hen is en dat ze het komen bezoeken. Onderschat echter niet het belang van jezelf als ouder. Zelfs de kleinste kinderen voelen, ruiken en horen wanneer hun ouders bij hen zijn en vaak is dit merkbaar in hun medische waarden. Ze worden rustiger, ademen beter, ... Veelvuldig contact met je kindje, hoe klein en kwetsbaar ook, vermindert zijn stress en bevordert zijn ontwikkeling. Probeer daarom zo vaak mogelijk je kindje te bezoeken. De bezoeksregelingen zijn afhankelijk van de afdeling. Vraag ernaar!

De verpleging kan je tips geven hoe je het best contact kan maken met je kindje. Ook zullen ze je stap voor stap leren je kind zoveel mogelijk zelf te verzorgen: verschonen, temperatuur opnemen, een badje geven, ... De verpleging is er voor je kind, maar ook voor jou.

Hygiëne

Bij zulke kleine kindjes is uiterste hygiëne heel belangrijk om infecties te proberen voorkomen. Met name sieraden (ringen, armbanden, horloges) bevatten veel bacteriën omdat ze niet goed schoon te houden zijn en worden bijgevolg niet gedragen bij een bezoek aan je kindje. Nagellak is op veel afdelingen 'verboden' omdat daar veel bacteriën onder zitten.

Volg nauwkeurig de richtlijnen van de afdeling op, in verband met het wassen van de handen, het dragen van beschermende kledij, ...

Contact

Huid-op-huid contact of kangoeroeën is heel belangrijk. Het kind ligt dan tegen de blote borst van zijn vader of moeder, voelt de ademhaling van zijn ouder, hoort de hartslag en ruikt de geur. Het komt op die manier vaak tot rust. Net als elk ander lichamelijk contact levert kangoeroeën geen extra hygiëniserisico's op, en is het heel belangrijk voor de groeiende band tussen ouder en kind.

Je kan ook praten tegen je kind, een verhaal voorlezen of liedjes zingen. Het zal je niet verstaan, maar het voelt je aanwezigheid en je steun. Vooral de stem en de hartslag van de moeder zijn vertrouwde geluiden voor het kind.

Elke vorm van contact dat je maakt met je kind geeft je de gelegenheid je kindje te leren kennen. Ook je kindje geraakt zo vertrouwd met je stem, je geur, je aanrakingen, ... Hoe beter je elkaar kent, hoe gemakkelijker de stap naar huis.

Voeding

Borstvoeding is heel belangrijk voor een kind in de couveuse. Alleen in moedermelk zitten stoffen die het kunnen beschermen tegen bepaalde infecties. Dat betekent heel vaak kolven, en dat vergt veel van een moeder. Soms heeft het kindje meer nodig dan alleen borstvoeding, dan worden er eiwitten, mineralen en vitamines aan toegevoegd die je kind helpen. Maar de basis blijft borstvoeding. Echter »

Hygiëne is erg belangrijk! Doe je juwelen uit, was je handen grondig en ontsmet ze bij elk contact met je kind. Deze kleine baby's zijn immers gevoelig voor infecties.

O que pode fazer você mesmo?

O seu papel como pai

Muitos pais têm dificuldade em estabelecer contacto com os seus filhos. Têm medo de perder o seu filho. A criança ainda parece tão pequena e vulnerável e o contacto físico é muitas vezes limitado. São adiados pelo equipamento e pelas multidões. Eles têm a sensação de que a criança não é deles para visitar. No entanto, não subestime a importância de si próprio como pai. Mesmo as crianças mais pequenas sentem, cheiram e ouvem quando os seus pais estão com elas e muitas vezes, isto é, perceptível nos seus valores médicos. Tornam-se mais calmos, respiram melhor, ... O contacto frequente com o seu filho, por mais pequeno e vulnerável que seja, reduz o seu stress e promove o seu desenvolvimento. Por isso, tente visitar o seu filho o mais frequente-

mente possível. Os preparativos da visita dependem do departamento. Peça-o!

As enfermeiras podem dar-lhe dicas sobre a melhor forma de contactar com o seu filho. Ensinar-lhe-ão também, passo a passo, como cuidar do seu filho tanto quanto possível: mudando-o, tirando-lhe a temperatura, dando-lhe um banho... A enfermeira está lá para o seu filho, mas também para si.

Higiene

Com crianças tão pequenas, a higiene extrema é muito importante para tentar prevenir infeções. A joalheria em particular (anéis, pulseiras, relógios) contém muitas bactérias porque é difícil mantê-la limpa e por isso não deve ser usada quando visita o seu filho. Os esmaltes são "proibidos" em muitos departamentos porque contêm muitas bactérias.

Seguir cuidadosamente as diretrizes do departamento relativamente à lavagem das mãos, uso de vestuário de proteção, etc.

Contacto

O contacto pele com pele ou canguru é muito importante. A criança deita-se contra o peito nu do seu pai ou mãe, sente a respiração do seu pai, ouve o bater do coração e sente o cheiro da fragrância. Descansa frequentemente desta forma. Tal como qualquer outro contacto físico, o canguru não representa qualquer risco de higiene adicional e é muito importante para a crescente ligação entre pais e filhos. →

A higiene é muito importante! Tire as suas jóias, lave bem as mãos e desinfete-as cada vez que entrar em contacto com o seu filho. Estes pequenos bebés são muito sensíveis às infeções.



» hangt het moment waarop de baby aan de borst mag af van de ontwikkeling van zijn zuigen slikreflex en de algemene toestand. De meeste baby's vanaf 32 à 34 weken slagen erin om het zuigen, slikken en ademhalen te coördineren. Uiteraard is er kunstvoeding beschikbaar, als afkolven of borstvoeding geven niet lukt. Bij problemen, aarzel zeker niet om hulp te vragen!

Kleding

Wil je graag zelf kleertjes kopen voor je kindje of wil je zelf iets maken? Dat kan zeker. Op sommige afdelingen zijn patroontjes te verkrijgen. In gespecialiseerde babyzaken zijn kleertjes te koop, maar ook gewone kledingwinkels hebben steeds vaker kleinere babymaatjes. Ook via het internet zijn adressen te vinden. Op www.vvoc.be vind je een aantal links.

→ Também pode falar com o seu filho, ler uma história ou cantar canções. Não o compreenderá, mas sente a sua presença e o seu apoio. A voz da mãe e o batimento do coração são sons especialmente familiares para a criança.

Cada forma de contacto que faz com o seu filho dá-lhe a oportunidade de o conhecer. O seu filho também se familiarizará com a sua voz, o seu cheiro, os seus toques, Quanto melhor se conhecerem melhor, mais fácil é ir para casa.

Nutrição

A amamentação é muito importante para uma criança na incubadora. Apenas o leite materno contém substâncias que o podem proteger de certas infeções. Isto significa que tem de bombear muito frequentemente, o que é muito exigente para uma mãe. Por vezes o seu bebé precisa mais do que apenas de leite materno, caso em que são adicionadas proteínas, minerais e vitaminas para o ajudar. Mas a base continua a ser o aleitamento materno. No entanto, o momento em que pode amamentar o seu bebé depende do desenvolvimento do seu reflexo de sucção e deglutição e do seu estado geral. A maioria dos bebés de 32 a 34 semanas consegue coordenar a sucção, a deglutição e a respiração. Naturalmente, a alimentação artificial está disponível se não for possível bombear ou amamentar. Se tiver algum problema, não hesite em pedir ajuda!

Vestuário

Gostaria de comprar roupa para o seu filho ou de fazer algo por si próprio? Isso é certamente possível. Os padrões estão disponíveis em alguns departamentos. As lojas especializadas em bebés vendem roupa, mas as lojas regulares de roupa também vendem tamanhos mais pequenos de bebés. Também é possível encontrar endereços na Internet. Em www.vvoc.be encontrará uma série de links.

Assim que as condições médicas o permitam, o bebé pode ser detido pela mãe ou pelo pai.

Zodra de medische toestand het toelaat, mag het kindje op de schoot bij mama of papa.





Quando a criança está medicamente estabilizada, o canguru torna-se possível. O seu filho pode deitar-se nu sobre o peito nu da mamã ou do papá. Como pai, esta é uma oportunidade única para sentir o seu filho, para acarinhar, acarinhar e construir um bom laço.

Uma mão na cabeça ou na barriga e uma mão nos pés dão ao seu bebé uma sensação de segurança. Estes bebés são muito vulneráveis no início, pelo que o acariciar pode ser demasiado estimulante.

Is het kindje medisch gestabiliseerd dan wordt kangoeroeën mogelijk. Je kindje mag dan naakt op de naakte borst van mama of papa liggen. Voor je kind is dit heel rustgevend. Het ruikt de huid van zijn ouders, hoort hun hartslag en wordt warm gehouden door hun lichaamswarmte. Ook als ouder is dit een unieke kans om je kind te voelen, te knuffelen, te koesteren, dit kan helpen om een goede band op te bouwen.

Een hand op het hoofdje of de buik en een hand aan de voetjes geeft een geborgen gevoel aan je kindje. Deze kindjes zijn in het begin erg kwetsbaar, waardoor strelen al te prikkelend kan zijn.



Wanneer je kindje voldoende stabiel is en het de couveuse een tijdje mag verlaten, leer je een badje geven. Dit geeft ook de mogelijkheid om het kindje aan en uit te kleden.

Ook de verzorging van je kindje is een leerproces. De verpleegkundigen staan klaar om ouders stap voor stap te begeleiden en te helpen om dit meer en meer zelfstandig te doen. Al vrij snel mag je als ouder je kindje verschonen, het mondje verfrissen, de temperatuur opnemen, de saturatiemeter verplaatsen, ... Dit alles kan zelfs bij kinderen die de couveuse nog niet mogen verlaten.



Quando o seu filho estiver suficientemente estável para deixar a incubadora por algum tempo, pode ensiná-lo a tomar banho. Isto também lhe dá a oportunidade de vestir o seu filho.

Cuidar do seu filho é também um processo de aprendizagem. Os enfermeiros estão prontos para orientar os pais passo a passo e ajudá-los a fazer isto de forma cada vez mais independente. Como pai, em breve poderá mudar a fralda do seu filho, refrescar-lhe a boca, medir a sua temperatura e mover o medidor de saturação. Pode mesmo fazer tudo isto para as crianças que ainda não estão autorizadas a sair da incubadora.

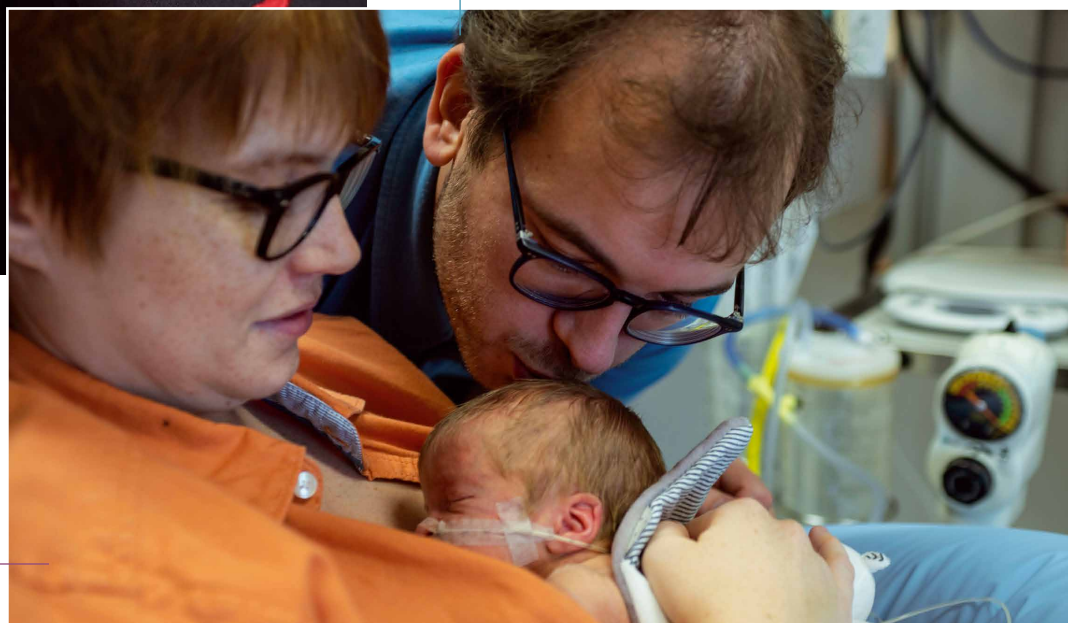


O contacto visual é outra forma de a criança e os pais se conhecerem mutuamente.

A carícia cria um contacto estreito entre a criança e os pais.

Ook via oogcontact leren kind en ouder elkaar kennen.

Knuffelen zorgt voor een nauw contact tussen kind en ouder.



Voeding



Leren eten is bij deze kinderen meestal een proces van verschillende weken. In het begin wanneer het kind nog niet kan drinken, geeft het kangoeroeën de baby de kans om op verkenning te gaan. Het ruikt de geur van de huid en de melk van moeder. Het voelt de borst en kan likken of sabbelen aan de borst. Tijdens dit proces kan de voeding toegediend worden via een sonde waardoor het kind dit contact leert te associëren met eten.

Nadien wordt geprobeerd de borst aan te bieden of een flesje met moedermelk. Er bestaan ook volwaardige premature poedermelken als alternatief.

Nutrição

Aprender a comer é normalmente um processo de várias semanas nestas crianças. No início, quando a criança ainda não pode beber, o canguru dá ao bebé uma oportunidade de explorar. Sente o cheiro da pele da mãe e do leite. Sente o peito e pode lamber ou chupá-lo. Durante este processo, a nutrição pode ser administrada através de um tubo para que a criança aprenda a associar este contacto com a alimentação.



Posteriormente, é feita uma tentativa de oferecer o peito ou um biberão de leite materno. Há também leite em pó gordo completo para bebés prematuros como alternativa.



Wanneer het kind te snel moe is kan een deel van de voeding nog steeds via de maagsonde toegediend worden.

Volledige borstvoeding is meestal mogelijk na 34 à 36 weken.
Als mama er niet is kan de afgekolfd melk verder via flesjes aangeboden worden.

Se a criança se cansa rápido demais, parte da nutrição ainda pode ser administrada através da gavagem.

A amamentação completa é geralmente possível quando o bebê tem 34 a 36 semanas.
Quando a mãe não está por perto, o leite bombeado pode continuar a ser oferecido através de garrafas ou tubos de alimentação.



Van couveuse naar bedje thuis



De meeste kinderen starten in een gesloten couveuse waar maximale zorg mogelijk is.

Daarna verhuizen ze naar een open bedje. Het matrasje kan eventueel verwarmd worden.

Da incubadora ao berço em casa

A maioria das crianças começa numa incubadora fechada onde é possível o máximo cuidado.



Depois mudam-se para uma cama aberta.

Overplaatsen naar een ander ziekenhuis

Als je kind opgenomen is op een NICU en het gaat goed met hem/haar, dan heeft het de intensieve zorg niet meer nodig. De arts zal je vertellen dat het kind overgebracht zal worden naar een N* afdeling of een ander ziekenhuis, waar het verzorgd zal worden tot het sterk genoeg is om naar huis te gaan. Veel ouders schrikken daar in eerste instantie van. Ze zijn vertrouwd geraakt met de huidige situatie en net nu het beter gaat met hun kind, moeten ze weg. Het is goed te bedenken dat het juist goed gaat met je kindje en dat het voldoende heeft aan de zorg op de andere afdeling of in het andere ziekenhuis. Het is belangrijk dat de intensieve couveuseplaatsen voorbehouden blijven voor kinderen in kritieke toestand. Bovendien is het nieuwe ziekenhuis meestal dichterbij huis, zodat je makkelijker bij je kind kan zijn.

Als je kan, is het goed om vooraf in het andere ziekenhuis eens te gaan kijken. Vaak gelden er andere regels voor bezoek, hygiëne, ... Zo zal je kind meer en meer moeten wennen aan de huiselijke hygiëne. Ook zijn er minder verpleegkundigen per kind.

Als je kindje eraan toe is, zal het van de bewakingsapparatuur af worden gehaald. Als dat ook goed gaat en je kindje drinkt goed en zelfstandig, is het meestal tijd om de stap naar huis te zetten.

Vervolgens is het tijd om naar huis te gaan. Veel ouders zijn blij dat ze naar huis mogen met hun kindje, maar voelen zich nog onzeker en angstig. Het team van de afdeling blijft bereikbaar en staat open voor je vragen en bezorgdheden.

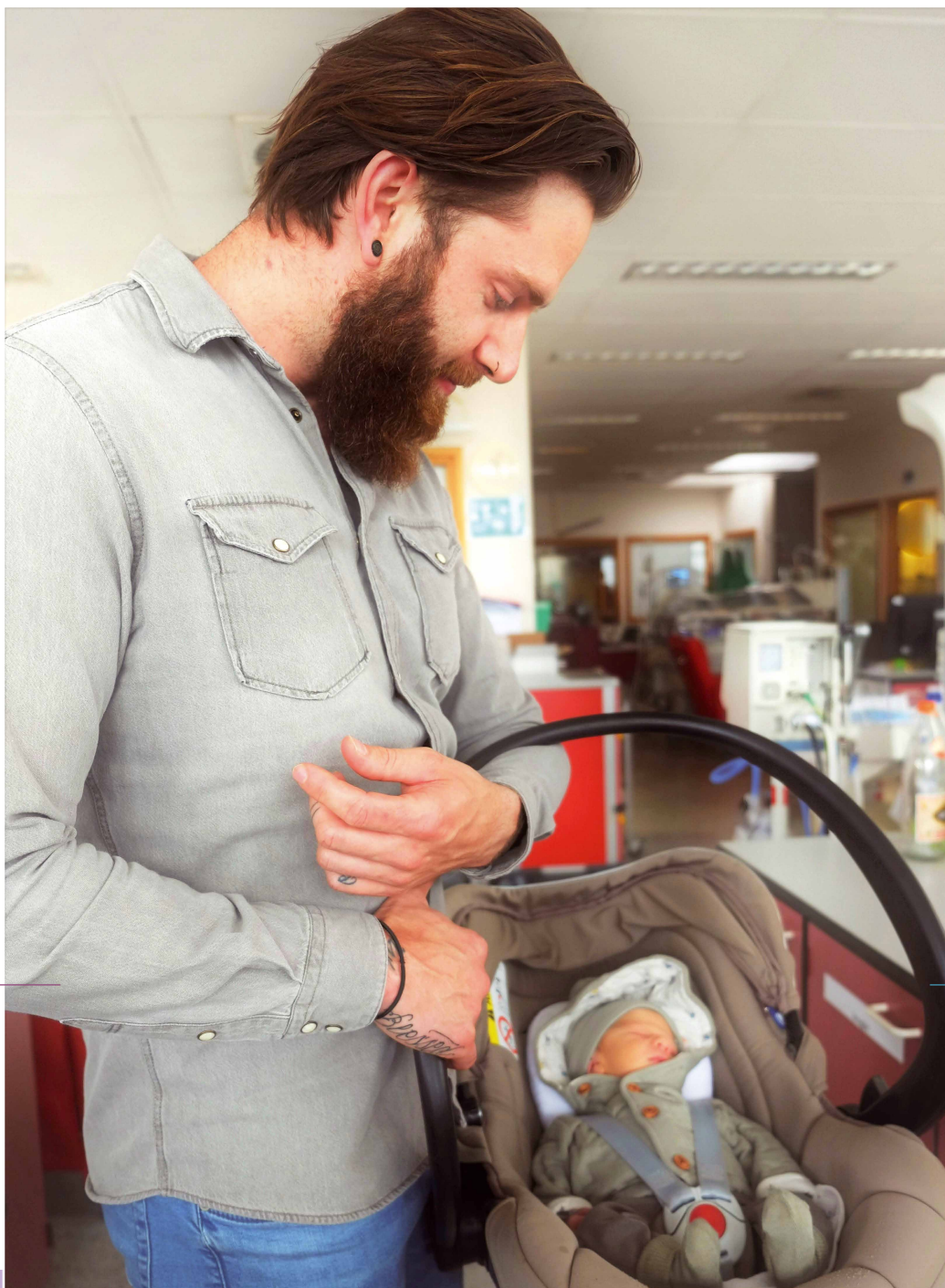
Transferência para outro hospital

Se o seu filho foi admitido numa UCIN e se está a sair-se bem, já não necessitará de cuidados intensivos. O médico dir-lhe-á que a criança será transferida para uma enfermaria N* ou outro hospital, onde será cuidada até estar suficientemente forte para ir para casa. Muitos pais ficam chocados com isto no início. Familiarizaram-se com a situação actual e, precisamente quando as coisas estão a correr melhor para os seus filhos, têm de partir. É bom pensar que o seu filho está a ir bem e que os cuidados no outro departamento ou hospital são suficientes. É importante que os locais de incubação intensiva permaneçam reservados às crianças em estado crítico. Além disso, o novo hospital está geralmente mais perto de casa para que possa estar mais facilmente com o seu filho.

Se puder, é bom ir e dar uma vista de olhos no outro hospital com antecedência. Muitas vezes há regras diferentes para visitas, higiene, ... O seu filho terá de se habituar cada vez mais à higiene doméstica. Há também menos enfermeiros por criança.

Quando o seu bebé estiver pronto, ele será retirado do equipamento de monitorização. Se isto também correr bem e o seu bebé estiver a beber bem e independentemente, é normalmente altura de ir para casa.

Depois é tempo de ir para casa. Muitos pais estão felizes por ir para casa com o seu bebé, mas ainda se sentem incertos e ansiosos. A equipa da enfermaria permanece disponível e aberta às suas perguntas e preocupações.



Het kamertje

Zorg dat je kind het niet te warm heeft. In de slaapkamer is 18 à 20°C voldoende. Gebruik geen dekbedje of kussen en vermijd te veel dekentjes. Zorg voor frisse lucht door regelmatig te verluchten.

Laat je kind op de rug slapen, niet op zijn buik. Leg het ook niet op de zij te slapen want dan kan het op de buik rollen. Laat je kind niet in het ouderlijke bed slapen. Het kind kan zijn temperatuur nog niet goed regelen, en kan het zo in het grote bed te warm krijgen. Bovendien kan het kind niet onder de kussens of het dekbed uit als die op hem komen te liggen.

Het badje en de kleding

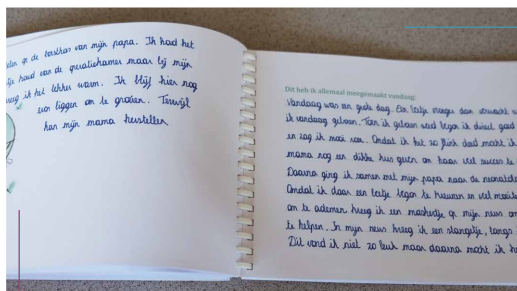
De ruimte waar je een badje geeft, mag wel lekker warm zijn. Probeer er voor te zorgen dat je kindje niet te veel afkoelt na het badje.

Kies de kleding zo uit dat je kindje het niet koud heeft maar zeker ook niet te warm.

Graag rust, regelmaat en reinheid.

Gun je kindje voldoende rust! Naar huis gaan betekent immers voor je baby aankomen in een volledig onbekende omgeving. Met rust en regelmaat help je je kindje om deze nieuwe plek met mondjesmaat te ontdekken. Als het geen belangstelling meer heeft voor wat er rond hem gebeurt, is dat vaak het signaal dat het moe is. Gun het dan de nodige rust.

Bezoekers die ziek zijn houd je best nog even op afstand. Je kindje is immers nog erg vatbaar voor infecties. Voel je hierover niet schuldig, je mag best streng zijn want het gaat immers om het welzijn van je kind. Geef je kindje tijdens het bezoek ook niet steeds door van de ene persoon naar de ander. Dat is erg vermoeiend voor je kindje.



Veel afdelingen werken met een dagboekje waar de dagdagelijkse evolutie en belangrijke stappen van het kindje in kunnen genoteerd worden en waar foto's een plaatsje krijgen. Het vormt een mooie herinnering voor de ouders en boeiend boek voor het kindje later.

Roken in de buurt van de baby of in de ruimtes waar het kind eventueel op andere momenten verblijft, is ontoelaatbaar. Neem het kind ook niet mee naar plaatsen waar er gerookt wordt.

Tijdens wakkere momenten, kan je je kindje op de buik leggen. Dit kan je afwisselen met andere houdingen zoals ruglig en zijlig. Dit bevordert de motorische ontwikkeling. Indien je kindje onrustig is, kan kangoeroeën nog steeds geborgenheid en troost geven.

Gezondheid en medische opvolging

De kinderarts of neonatoloog is de eerste verantwoordelijke arts van je kind. Maak je je zorgen over je baby, neem dan contact op met hem/haar. Als ouder heb je immers goed zicht op het gedrag van je kind en eventuele veranderingen. Er zijn geen domme vragen. Je kan maar horen dat alles in orde is. Is er toch iets aan de hand dan zal de arts je kindje verder onderzoeken en eventueel doorverwijzen naar andere hulpverleners. Laat de consultatie- ➤

Muitos departamentos trabalham com um diário no qual a evolução diária e os passos importantes da criança podem ser notados e onde podem ser colocadas fotos.

Forma uma bela memória para os pais e, mais tarde, um livro fascinante para a criança.

A pequena sala

Assegure-se de que o seu filho não está demasiado quente. No quarto, 18 a 20°C é suficiente. Não usar edredão ou almofada e evitar demasiados cobertores. Assegurar ar fresco, arejando regularmente a sala.

Deixe o seu filho dormir de costas, não de barriga para baixo. Também não o ponha a dormir de lado, porque pode rolar de barriga para cima. Não deixe o seu filho dormir na cama dos pais. A criança ainda não consegue regular corretamente a sua temperatura e pode ficar demasiado quente na cama grande. Além disso, a criança não pode sair de debaixo das almofadas ou do edredão se estes forem colocados em cima dele.

O banho e a roupa

O quarto onde dá banho ao seu bebé deve ser agradável e quente. Tente certificar-se de que o seu filho não arrefece demasiado depois do banho.

Escolha a roupa para que o seu filho não esteja com frio, mas certamente não demasiado quente.

Como a paz, a regularidade e a limpeza.

Dê muito descanso ao seu bebé! Ir para casa significa chegar a um ambiente completamente desconhecido para o seu bebé. O descanso e a regularidade ajudarão o seu filho a descobrir

este novo lugar em pequenos passos. Se já não está interessado no que está a acontecer à sua volta, isto é muitas vezes um sinal de que está cansado. Dê-lhe o resto de que necessita.

Os visitantes que estão doentes são melhor mantidos à distância por enquanto. O seu filho ainda é muito suscetível a infeções. Não se sinta culpado por isto, não há problema em ser rigoroso, porque se trata do bem-estar do seu filho. Não passe constantemente o seu filho de uma pessoa para outra durante a visita. Isto é muito cansativo para o seu filho.

Fumar perto do bebé ou em quartos onde a criança possa ficar noutras alturas é inaceitável. Não leve o seu filho a locais onde ele fume.

Durante as horas de vigília, pode deitar o seu bebé na sua barriga. Pode alternar isto com outras posições, tais como as posições supina e lateral. Isto promove o desenvolvimento motor. Se o seu filho estiver inquieto, o canguru ainda pode proporcionar segurança e conforto.

Vigilância médica e sanitária

O pediatra ou neonatologista é o primeiro médico responsável do seu filho. Se está preocupada com o seu bebé, contacte-o. Afinal de contas, como pai tem uma boa visão geral do comportamento do seu filho e de quaisquer mudanças. Não há perguntas estúpidas. Só se pode ouvir que está tudo bem. Se algo correr mal, o médico examinará o seu filho mais tarde e possivelmente encaminhá-lo-á para outros prestadores de cuidados. Deixar o pediatra contactar o gabinete de consulta e/ou o médico de família se algo não estiver claro. Para crianças nascidas após um período de gestação inferior a 32 semanas e/ou com um peso de nascimento inferior a 1500 gramas, existe um programa de acompanhamento específico até a criança ter 5,5 anos de idade. A criança é então exami- ➤

» bureau-arts en/of huisarts contact opnemen met de kinderarts als er onduidelijkheden zijn. Voor kinderen die geboren zijn na een zwangerschapsduur van minder dan 32 weken en/of een geboortegewicht hebben van minder dan 1500 gram, bestaat er een specifiek opvolgingsprogramma tot het kindje 5,5 jaar is. Het kindje wordt dan op vaste tijdstippen onderzocht door een team met een arts, psycholoog, kinesitherapeut, logopedist en maatschappelijk werker. Dat gebeurt in de Centra voor Ontwikkelingsstoornissen (COS). De kosten worden voor een groot deel vergoed via het ziekenfonds. Voor matig prematuur geboren kinderen bestaat er geen specifiek programma. Soms voorziet de behandelend arts een opvolging op maat van het kindje. Ouders en (matig) te vroeg geboren kinderen kunnen (bijkomend) terecht bij Kind & Gezin. Indien je bij het vertrek naar huis vragen hebt over opvolging, aarzel niet om aan het ziekenhuis te vragen welke contactpersonen er voor je beschikbaar zijn.

Artsen werken meestal met twee leeftijden, de kalenderleeftijd en de gecorrigeerde leeftijd. De kalenderleeftijd is de leeftijd die je kindje heeft als je begint te tellen vanaf zijn geboorte.

Tot slot

Geef jezelf eerst de tijd om de overdonderende ervaringen een plaats te geven. Zo maak je ruimte voor de ontmoeting met je kindje. Je kind is in goede handen, maar niets of niemand kan jou als ouder vervangen. Probeer het contact met je kindje op te bouwen en vraag steeds hulp als je met iets zit. Het team van de afdeling is er niet alleen voor je kind, maar ook voor jou.

Een opname op een NICU is een hele beproeving met veel hoogtes en laagtes. Het is belangrijk dat ouders de mooie momenten proberen te koesteren en te genieten van het groeiende contact met hun kind. Notities en foto's kunnen deze momenten vastleggen voor later.

Met dank aan het volledige bestuur van de VVOC ondersteund door de leden van de adviesraad voor de vertalingen aan AP Hogeschool & Lieve Verhille voor de foto's aan Sint-Augustinus en UZ Leuven aan de ouders die wilden meewerken voor de vormgeving aan Imaginist

De gecorrigeerde leeftijd krijg je door het aantal weken dat je kind te vroeg geboren is af te trekken van de kalenderleeftijd of door te beginnen tellen vanaf de dag dat je kindje uitgekend en verwacht was.

Inentingen worden het best volgens het normale schema gegeven en volgens de kalenderleeftijd.

De eerste twee jaar is het goed om zelf met de gecorrigeerde leeftijd te werken. Dat geldt voor de voedingsvoorschriften maar ook voor de ontwikkeling van je kind. De meeste kinderen lopen hun 'achterstand' steeds meer in om rond de leeftijd van twee jaar gelijk te staan met leeftijdsgenootjes.

Soms blijft de groei wat achter, maar dat geeft niet. Gezonde maaltijden met veel afwisseling, en als het kan veel buitenlucht, maken het kind sterk. Snoepen of vette voeding mag wel eens, maar is geen goede manier om je kindje te laten bijkomen.

Gaatjes in de oren laten prikken of sieraden dragen, stel je het best uit tot na het eerste levensjaar. Je kind is immers nog erg vatbaar voor bacteriën en infecties.

→ nada em momentos determinados por uma equipa composta por um médico, psicólogo, fisioterapeuta, terapeuta da fala e assistente social. Isto tem lugar nos Centros de Perturbações do Desenvolvimento. Os custos são cobertos em grande parte pelo Serviço Nacional de Saúde. Não existe um programa específico para crianças moderadamente prematuras. Por vezes o médico responsável fornece um acompanhamento personalizado para a criança. Os pais e as crianças (moderadamente) prematuras podem (adicionalmente) visitar Kind & Gezin. Se tiver alguma dúvida sobre o seguimento quando regressar a casa, não hesite em perguntar ao hospital quais as pessoas de contacto que estão disponíveis para si.

Os médicos trabalham normalmente com duas idades, a idade do calendário e a idade corrigida. A idade do calendário é a idade que o seu filho tem quando começa a contar desde o nascimento. A idade corrigida é obtida subtraindo o número de semanas em que o seu filho nas-

ceu prematuramente da idade do calendário ou começando a contar a partir do dia em que o seu filho era devido e esperado.

As vacinas são melhor dadas de acordo com o horário normal e a idade do calendário.

Durante os primeiros dois anos, é bom trabalhar você mesmo com a idade corrigida. Isto aplica-se às regras dietéticas, mas também ao desenvolvimento do seu filho. A maioria das crianças alcançam os seus pares quando atingem os dois anos de idade.

Por vezes o crescimento fica para trás, mas isso não importa. Refeições saudáveis com muita variedade, e muito ar ao ar livre se possível, tornam a criança forte. Por vezes são permitidos doces ou alimentos gordurosos, mas não são uma boa maneira de ajudar o seu filho a ganhar peso. É melhor adiar a perfuração das orelhas ou o uso de jóias para depois do primeiro ano de vida. Afinal, o seu filho ainda é muito suscetível a bactérias e infeções.

Para concluir

Primeiro dê a si próprio tempo para dar um lugar às experiências esmagadoras. Desta forma, arranja espaço para a reunião com o seu filho. O seu filho está em boas mãos, mas nada ou ninguém o pode substituir como pai. Tente estabelecer contacto com o seu filho e peça sempre ajuda se tiver um problema. A equipa da ala não está lá apenas para o seu filho, mas também para si.



Ser admitido a um N* ou NICU é uma provação com muitos altos e baixos. É importante que os pais tentem apreciar os belos momentos e tentem desfrutar do crescente contacto com o seu filho. Notas e fotografias podem captar estes momentos para mais tarde.

Com os agradecimentos a
Todo o conselho do VVOC apoiado pelos membros do conselho consultivo
Para as traduções para AP Hogeschool & Lieve Verhille
Para as fotografias em Sint-Augustinus e UZ Leuven
Para os pais que quiseram colaborar
Para o desenho no Imaginist