



**АСОЦИАЦИЯ НА ПАЦИЕНТИТЕ С ВРОДЕНИ ЛИЦЕВИ
АНОМАЛИИ И ТЕХНИТЕ РОДИТЕЛИ – АЛА**



Помощ при храненето

Тази брошура има за цел
да ви покаже някои
от начините, чрез които можете
да помогнете на бебето си
при хранене, така че заедно
да се насладите на тези моменти.

Тя не замества насоките
и помощта, които ще получите
от екипа в родилното отделение
и специализираните сестри
или от другите членове на екипа,
който се грижи за бебето ви.

ПОМОЩ ПРИ ХРАНЕНОТО ПРИ ДЕЦА, РОДЕНИ С ЦЕПНАТИНА НА УСТНАТА И/ИЛИ НЕБЦЕТО

През първите няколко седмици от живота си бебетата прекарват повечето време в хранене и сън. Освен че задоволява глада и жаждата си, по време на храненето бебето е най-будно и започва да опознава родителите си, както и те него. Ако бебето ви е родено с цепнатина на устната и/или небцето и няма други проблеми, не е необходимо да бъдете разделяни от него в първите дни след раждането.

За да се хранят, бебетата използват комбинация от рефлекс, които доношените бебета притежават при раждане. За пълноценно хранене те трябва да създадат вакуум в устата си и да разположат езика си правилно. Вакуумът се образува чрез плътно прилепване на устните около зърното и затваряне на задната част на устата с меката част на небцето. При хранене с биберон млякото се всмуква чрез комбинация от правилни рефлекс и образуване на вакуум, а при кърмене - чрез правилно поставяне и придържане на зърното към задната част на езика.

Бебетата с цепнатина може да изпитат затруднение при комбинирането на рефлексните действия и образуването на вакуум, което да затрудни храненето. Бебетата, родени с Pierre Robin Sequence имат по-малка долна челюст и в ранните месеци езикът им е разположен в задната част на устата, което може да окаже влияние върху дишането и гълтането през първите 3-4 месеца след раждането.

Начините да помогнете на бебето са:

- С помощта на специалист можете да определите разликите между непълноценното смучене, когато бебето само диша и смуче, и пълноценното такова, когато бебето диша, смуче и преглъща.
- Различен подход при кърменето, за който специалистът по хранене може да ви даде съвети.
- Различно оформен биберон с уголемена или преместена дупка.
- Различно шише при храненето с такова. Например, шишето може да е меко и да бъде стискано за да се улесни изтичането на мляко.
- В редки случаи може да бъде поставяна тръба към стомаха през носа или устата за да помогне на бебетата с малки челюсти.

Възможно е, бебетата с цепнатина на небцето или други усложнения да се нуждаят от допълнителна помощ. Ако бебето е било хранено с тръба за какъвто и да е период от време, ще е от полза мултидисциплинарният екип да бъде информиран за това. За някои специалисти е особено важно сукането да не бъде отлагано, освен ако няма медицинска причина за това.

Възможно е бебетата с цепнатина да поглъщат повече въздух при хранене от нормалното, особено ако изтичането на млякото става прекалено бързо или прекалено бавно. Това

може да причини посиняване около устата, да е причина за честа сънливост или връщане на част от храната.

Ако това се случва, може да помогнете като спирате два-три пъти по време на хранене за да се оригне бебето.

Всички бебета свалят до 10% от теглото си след раждане, но обикновено ги възвръщат за две-три седмици. Ако бебето има пет-шест мокри пелени на ден и се изхожда редовно, ако е здраво и будно, това означава че се храни достатъчно.

Всяка майка и бебе са уникални, и за това не могат да се определят твърди правила, които да следват. Някои бебета се хранят лесно, а при други е нужно повече време, за да бъде намерен оптималния за тях начин на хранене. Опитайте се да отделите време, да седнете удобно и да се отпуснете. Дайте на бебето достатъчно време да изпробва един метод, преди да пробвате алтернативни. Запишете си кой член от екипа ви е помагал с храненето, и се свържете с него ако има нужда.

Бебета с цепнатина на устната

Кърмене

Бебе с цепнатина на устната може да бъде кърмено. Понякога е трудно устните да бъдат плътно прилепени до гърдата, но, в зависимост от цепнатината, гърдата обикновено може да запълни празнината. Издаването на съскащ звук обикновено означава преминаване на въздух в устата, за това трябва да смените позицията на бебето спрямо гърдата. За да запазите позицията на зърното към задната част на езика може да помогне ако придържате гърдата към устата на бебето. Малки изменения във вакуума могат да

причинят изместване на зърното към предната част на устата, при което храненето може да стане неефективно. Може да се наложи да изпробвате различни позиции и да потърсите помощ от тези с повече опит при хранене на деца с цепнатина. Добрият приток на мляко помага и може да се постигне чрез масажиране на гърдата или използване на помпичка. Акушерката ще може да ви помогне с това. Запомнете, че някои бебета без цепнатини също изпитват затруднения при кърменето.

Има брошури, написани специално за майки, които искат да кърмят бебетата си с цепнатина.

Хранене с биберон

И тук се изисква плътно прилепване на устните към биберона, за да се храни бебето пълноценно. Някои бебета се хранят добре с обикновена бутилка и мек биберон, макар и да трябва дупката да бъде увеличена или да бъде направена нова. Това може да стане като използвате игла или кламер, стерилизирани с пламък до почервяване на метала. Иглата трябва да престои в пламъка поне една минута, за да може естественият въглерод образуван при загряване на метала да изгори.

Важно е да знаете, че подпомагането на храненето чрез стискане на меко шише трябва да се извършва само докато бебето суче. Стискането на бутилката, когато то си почива може да причини задавяне. Специализираната сестра трябва да ви помогне при определяне на честотата, с която трябва да помагате на бебето си.

Всички бебета се нуждаят от потупване и погалане по гръбчето, за да оригнат след хранене. И вашето бебе ще ви покаже, когато не се чувства комфортно. Ако притокът на

мляко е нормален то няма да гълта въздух повече от обикновено. Ако ви се стори, че бебето е погълнало повече въздух се опитайте да прекъснете храненето 2 - 3 пъти, за да оригне бебето ви.

След операция на устната

Храненето може да започне отново чрез биберон или кърмене. Някои хирурзи, обаче, препоръчват да храните бебето си с лъжичка за известно време. Някои екипи смятат, че смученето на биберон-залагалка може да навреди на оперираната устничка. Посъветвайте се с мултидисциплинарния екип, за да може, евентуално, вашето бебе да свикне с промените преди операцията.

Бебета с цепнатина на небцето или цепнатина на устната и небцето

Цепнатина на небцето означава, че вашето бебе може да изпитва затруднения за ефективно сучене, защото не може да създаде добър вакуум в устата и не може да позиционира езика си правилно. Бебета, родени с цепнатина само на небцето, могат да изпитат повече трудности от бебета родени с цепнатина само на устната или на устната и небцето. Макар и рядко, през първите няколко месеца след раждането, може да се наложи използването на комбинирано хранене с назо-гастрална тръба и кърмене или хранене с биберон.

Пластини

Не всички екипи приемат, че използването на ортопедични и хранителни пластини след раждането е полезно. Попитайте дали и защо е необходимо да използвате такива за вашето бебе. Някои екипи използват малки плаки за хранене, които се поставят на небцето на

бебето. Те се изработват от ортодонт за да:

- Подпомогнат кърменето;
- Да защитят деликатните тъкани по небцето на вашето бебе;
- Да държат езика на бебето извън цепнатината.

Специална ортопедична пластина се използва, за да упражняване на налягане за затваряне и наместване на цепнатината преди операцията. Необходимо е пластините (обтуратори) да бъдат проверявани, регулирани или подновявани периодично. По тази причина ортодонтът ще иска да вижда бебето ви регулярно.

Ако излиза мляко от носа

Ако притокът е прекалено бърз, млякото може да премине в носа и да причини кихане, или може да потече от носа ако бебето повърща. Обикновено бебето само ще го прочисти, но имайте кърпички под ръка.

Орална хигиена

Бebetата не произвеждат особено много слюнка през първите два месеца от живота си. При бебета, хранени със сухо мляко, може да е необходимо да приемат две-три чаени лъжички охладена преварена вода след хранене, за да се подсигури, че няма останало мляко в дихателните пътища. Ако остане сухо мляко в носа, бебето може да е неспокойно. Това обаче рядко важи за кърмените бебета, защото кърмата не се наслагва в тази област.

Кърмене

Кърменето на бебета с цепнатина на небцето е възможно и се извършва добре ако цепнатината е малка или тясна. Гърдата трябва да се придържа добре към област от

небцето, където няма цепнатина, за да може бебето да я захване добре и да използва езика си. Бебе, родено с цепнато небце, ще има нужда от помощ, за да се засуче. Специализираната сестра ще ви помогне с това.

Ако бебето има възможност да се упражнява върху още меките гърди в първите си дни, ще ви бъде много по-лесно да намерите позицията за кърмене, при която да е удобно и на вас и на бебето ви, а така то ще може да се възползва и от безценната коластра. През втория до четвъртия ден след раждането, когато гърдите се пълнят е нормално бебето да изпитва затруднение при кърменето.

Би било добре ако притокът на мляко е добър, защото е възможно бебето да не може да суче достатъчно силно, за да стимулира лактацията. Притокът на мляко може да се стимулира с масажи на гърдата или с използване на помпичка. Акушерката може да ви покаже как да масажирате гърдата и да изцеждате с ръка млякото ако нямате помпичка на разположение. След кърмене трябва да изцеждате гърдите си, за да стимулирате лактацията.

Бебето утолява жаждата в началото на кърменето, а глада си със следващото мляко, което е по-калорично. Възможно сукането да не е достатъчно, за да осигури нужното количество мляко за нормален растеж и това да наложи дохранване на бебето с биберон с изцедена кърма.

Ако след корекция на небцето му, бебето не може да суче можете да изцедите малко кърма от зърното и да го оставите да близне, а след това да го нахраните с биберон с кърма. Много родители се чувстват удовлетворени, след като са направили това.

Има алтернативни методи за хранене с чашка и лъжичка. Майката може да използва помпички, за да изцежда кърма и да храни бебето си с нея. Говорете с акушерката си или със специалист от мултидисциплинарния екип или с родител за контакт за това.

Изпробвайте избрания метод за седмица и преценете дали да продължите за още една седмица.

Кърмата не дразни деликатната тъкан в носа и гърлото, като сухото мляко и по този начин намалява риска от появата на проблеми с ушите.

Има брошури създадени специално за майки, които искат да кърмят бебетата си родени с цепнатина.

Хранене чрез биберон

Много бебета ще се нуждаят от допълнителна помощ, за да успяват да приемат достатъчно количество храна за време от 30-40 минути. Трябва ви биберон, който бебето може да улавя добре и който осигурява добър приток на мляко. Това може да бъде постигнато с обикновена бутилка, макар и дупката или дупките на биберона да трябва да бъдат уголемени или да бъдат направени още такива.

Ако бебето ви се храни бавно може да се наложи да експериментирате с различни видове биберони, някои бебета се справят по добре с определен вид, като например ортопедичен биберон. Ако използвате ортопедичен биберон дупката трябва да е насочена към страната без цепнатина и към езика, за да е насочено млякото надолу, а не към цепнатината.

Други се нуждаят от мека бутилка, за да може тя да се стиска леко докато бебето суче

и така да се подобри притокът на мляко. Това може да осигури повече контрол от уголемената дупка. Храненето на бебето в нормалната за това позиция е възможно в повечето случаи. Бебета с цепнатина само на небцето могат да бъдат хранени и от двете страни.

Възможно е някои бебета да нямат достатъчно енергия да засмучат биберона, в такива случаи идва на помощ методът с чашка и лъжичка. Хранене с лъжичка, закрепена към мека бутилка изисква много по-малко усилия от страна на бебето.

Хранене след операция на небцето

Определянето на подходящото време за операция може да се различава в различните болници, в зависимост от типа на цепнатина и оперативния метод на хирурга. Това означава, че е възможно бебето ви вече да е отбито, но все още да използва биберон за мляко и други течности.

Някои хирурзи предпочитат да не използват биберон непосредствено след операцията на небцето, за това помолете вашия екип за съвет, защото може да се наложи бебето да свикне с други методи на хранене преди операцията. Същото важи и за биберон-залагалка.

Отбиване

Нормалната възраст, на която бебетата трябва да започна да се отбиват е около 4 месеца. Точният момент зависи от бебето, като няма значение дали има цепнатина или не. Естеството и гъстотата на храната трябва да са подходящи за етапа на развитие на бебето. Отначало започнете с пюрета и към 6-9 месец с мащани храни. Помолете специализираната сестра за помощ. Отлагането може да създаде проблеми на по-късен етап с въвеждането

на обща храна. Както и при млякото, храна може да попадне в носа и да причини кихане. В началото това ще е притеснително, но няма защо да се тревожите, само пригответе кърпички предварително, за да ги държите пред устата и носа на бебето. То скоро ще се научи само да се справя с проблема. Завършвайте всяко хранене с напитка, за да се прочисти цепнатината.

Ако храната излиза през носа, смяната на консистенцията на храната може да помогне: меко пюр, гъсто пюр, мащана храна.

Когато въвеждате използването на тренировъчна чашка, изберете такава с къс или дълъг чучур, в зависимост от мястото на цепнатината, така че да не пречи на оздравяването на небцето. За бебето може да е трудно да смуче от плътно затворена чашка — ако направите малка дупка на капака това може да помогне.

Общи съвети

Цепнатината на устната може да засегне венеца и костта на челюстта, където се развиват зъбите. Това може да е причина предните зъби да израстнат криви, извити или неправилно разположени. Важно е бебето да порастне със здрави зъби, ако в бъдеще се наложи лечение за подреждането им. Може да помогнете като ограничите захарта, избягвате сиропи и като давате лекарства без съдържание на захар и витаминни добавки по време на хранене.

Когато отбивате бебето си опитайте да му осигурите разнообразна и балансирана диета. Зъболекарят ви ще ви посъветва относно приема на флуоридни капки в зависимост от съдържанието на флуор във водата, която приема.



АСОЦИАЦИЯ НА ПАЦИЕНТИТЕ С ВРОДЕНИ ЛИЦЕВИ АНОМАЛИИ И ТЕХНИТЕ РОДИТЕЛИ – АЛА

За контакти:

Пловдив, бул. „Пещерско шосе“ 66, ет. 4

**Отделение по Пластична и
краниофациална хирургия**

Тел. 032/60 29 35

www.ala-bg.org