

Розділ 1

ПЕРШІ ДНІ В ПОЛОГОВОМУ БУДИНКУ

Більшість батьків знає, що до пологів треба готуватися, і роблять це. Вчаться дихати, розуміти ролі партнерів, робити масаж промежини, шукати зручні пози й так далі. Це все, безумовно, потрібно. Однак вважається, що пологи — це найскладніший етап для батьків-початківців. Малюк народиться — і далі грудне вигодування та щастя. Бо як інакше? Це ж природа так передбачила. Треба лише пережити пологи.

Але пологи позаду — і починається реальність, геть не схожа на очікування. Це добре чи погано? Треба щось робити чи ні? Лікар запитує, чи покакав малюк, а він ніби покакав, тільки не какулями, а якоюсь смолою, чи що воно. І годувати боляче...

Насправді готуватися до того, що буде після пологів, треба не менше, ніж до них самих. Навіть більше. Бо пологи закінчаться — а запитання з'являться і будуть хвилювати й непокоїти. Відповімо на найголовніші.

Оцінка за Апгар

Щойно малюк народився, як одразу оцінюють його стан. Для цього використовують шкалу Апгар^{*}. Лікар оцінює дитину за п'ятьма ознаками: частотою серцевих скорочень, диханням, кольором шкіри, м'язовим тонусом, рефлексами. За кожен результат нараховуються бали: 0, 1 чи 2. Сума балів і є оцінкою за шкалою Апгар.

Оцінювання проводять, щоб зрозуміти, чи потрібна малюку допомога. Тому важливо знати, наскільки добре новонароджений адаптується до нових умов життя. Для цього оцінювання проводять двічі — на першій та п'ятій хвилині від народження. Якщо стан малюка дістав першу оцінку нижчу, а другу — вищу, то це добре.

Нормальною оцінкою вважаються 7–10 балів. Малюк, що отримав стільки балів, інтенсивної допомоги не потребує. З перших хвилин життя він може перебувати з мамою. Якщо новонароджений отримав менше балів, лікарі проведуть реанімацію. Які саме заходи потрібні малюку, залежить від порушень. Лікар вам пояснить, що відбуватиметься.

* Систему оцінювання малюка в перші хвилини після народження назвали за прізвиськом її винахідниці, Вірджинії Апгар. Вона була американською анестезіологинєю в акушерстві й досліджувала, зокрема, способи, як підвищити виживаність малюків протягом першої доби життя. Результатом цієї роботи стала система оцінювання. 1952 року Апгар представила свою шкалу на конгресі анестезіологів. — Тут і далі прим. авт.

Перші какульки

у перші кілька днів життя випорожнення малюка мало схожі на какульки, якими їх зазвичай уявляють, а натомість дуже нагадують мастило. Це зеленкуваточорна маса, липка і смолиста, — меконій. Какульки новонародженого складаються з навколоплідних вод, слизу, клітин шкіри та інших речовин, що потрапили в матку. За два-чотири дні меконій стане не таким зеленим і липким.

Перша сеча

Уперше помочитися дитина може впродовж 12–24 годин після народження, і це в нормі. За другу добу це станеться двічі, на третю-п'яту добу — три-п'ять разів. А от із шостої доби малюк має пісяти щонайменше вісім разів. Коли дитині мине два тижні — десять разів на добу. Сечовий міхур у новонароджених маленький, його об'єм — лише 15 мілілітрів. Тому пісяти малюк може і двадцять разів. Це абсолютно нормально.

Інколи малюк нервується, перш ніж поп'яяти. Так буває через труднощі з координацією процесу. Із часом це мине. Якщо вам тривожно — поговоріть з лікарем. Але якщо малюк загалом поводить себе як зазвичай, то все гаразд.

Неонатальний скринінг

У перші 48–72 години життя малюку за письмової згоди батьків проведуть неонатальний скринінг. Це генетичне дослідження, яке допоможе з'ясувати, чи немає

в дитини рідкісного (орфанного) захворювання. Державні заклади провадять скринінг безплатно — він входить у програму медичних гарантій. Для дослідження знадобиться кілька крапель крові. Її візьмуть у малюка із п'яточки.

З жовтня 2022 року в Україні здійснюють розширений неонатальний скринінг. До того часу малюків тестували на чотири спадкові захворювання: гіпотиреоз, фенілкетонурію, адреногенітальний синдром та муковісцидоз. Перелік значно розширили, і тепер до скринінгу входить двадцять одна хвороба.

Якщо мама під час вагітності проходила генетичне тестування, від неонатального скринінгу відмовлятися не варто. У першому випадку дослідження провадять зазвичай для того, щоб виявити, чи не має плід хромосомних патологій та невиліковних спадкових захворювань. Хвороби, які можна виявити завдяки неонатальному скринінгу, теж не лікуються. Але стан у разі цих захворювань можна стабілізувати й підтримувати так, що ризики для здоров'я та розвитку знизяться до мінімуму, а життя буде максимально комфортним.

Про результати тестування родині повідомлять лише в разі, якщо захворювання виявлять. Буває, що для уточнення результатів малюку треба здати кров ще раз. Це тривожний момент, але хвилюватися зарано: додаткове дослідження не означає, що з дитиною щось негаразд. Дочекайтеся результатів, а якщо дуже тривожитесь, поговоріть про це з педіатром чи неонатологом, що спостерігає дитину.

СКРИНІНГ СЛУХУ

У пологовому будинку новонародженому мають провести скринінг слуху. Це роблять методом отоакустичної емісії — реєструють реакцію волоскових клітин завитки вуха, які формують зі звукової хвилі нервовий імпульс. Перевірити слух важливо, адже його порушення в маленької дитини легко пропустити, а це дуже впливає на розвиток. Що раніше вдасться виявити проблеми, то раніше малюк дістане потрібну підтримку.

Аналіз реєструє, чи коливалися волоскові клітини окремо в кожному вусі. Метод досить точний, але якщо результат негативний, це не означає, що маля не чує. За кілька днів аналіз треба повторити. Якщо результат не зміниться, лікар спрямує дитину на подальше обстеження.

Якщо в пологовому будинку з якихось причин слух малюка не перевірили, це треба зробити протягом першого місяця життя.

ЩЕПЛЕННЯ

У пологовому будинку малюку запропонують зробити перші щеплення. Якщо протипоказань немає, щеплення варто зробити — вакцини захистять дитину від хвороб, що становлять смертельну небезпеку.

Щеплення від гепатиту В

Вакцину вводять у перші двадцять чотири години після народження. Щеплення роблять внутрішньом'язово, у передню частину стегна. Це важливо. Часом медичні

співробітники пропонують зробити щеплення в сідницю, бо це «не так боляче і страшно» для малюка. Це неправильно, а щодо вакцини проти гепатиту В — особливо небезпечно. Така доза не захищатиме й не зарахується.

Гепатит В виникає через інфікування вірусом гепатиту типу В (HBV). Він загрожує дорослим та дітям по-різному. Інфікований дорослий може десятки років не знати про свою хворобу і жити в ремісії. У малюків вірус швидко призводить до захворювань печінки, зокрема цирозу або гепатоцелюлярної карциноми (це злаякісна пухлина — рак печінки).

Вірус гепатиту В передається легко. Для цього достить мікроскопічної тріщини на шкірі чи слизовій оболонці. Крім того, 30% носіїв вірусу не знають про це. Малюк може отримати вірус від мами, навіть якщо вона робила тест на гепатит В під час вагітності. А якщо ні — то й поготів. Ось чому так відбувається.

Щоб виявити інфекцію (вірус гепатиту В), тест «шукає» в зразку крові антитіла до неї. Але для цього їх кількість має досягти певного рівня. Це схоже на тестування на вагітність, достовірність якого залежить від кількості хоріонічного гонадотропіну — гормону, який виробляє плодова оболонка ембріона. Рівень антитіл до гепатиту В зростає з часом. Поки він нижчий за чутливість тесту, результат буде негативним, хоча інфекція в організмі вже розвивається. Цей період називається серонегативним вікном.

Гепатит В й досі часто вважають хворобою «проблемних» верств, і це небезпечний медичний міф. Багато жінок вважають, що їхнє соціальне життя «нормальне», тому цей вірус їм не загрожує, і можна відмовитися від тестування. Однак вірус гепатиту дуже маленький, зда-

тен жити в сухій краплі крові тиждень, а для інфікування її треба зовсім трохи. Тож заразитися можна і у стоматолога, і на манікюрі.

Поширений медичний міф, що новонародженого із жовтяницею не можна щепити від гепатиту В. Багато людей також вважає, що вакцина викликає жовтяницю. Та це хибна думка.

Для повного захисту від гепатиту В потрібно щонайменше три дози. Якщо новонароджений завважи до двох кілограмів, його все одно треба вакцинувати в першу добу життя. Але ця доза вважатиметься нульовою. Для повного захисту він має отримати щонайменше ще три дози.

Щеплення від туберкульозу — БЦЖ*

Вакцину вводять на третю–п'яту добу внутрішньошкірно за умови, що вага дитини два з половиною кілограми та більше.

Всесвітня організація охорони здоров'я рекомендує країнам, де поширений туберкульоз, масово вакцинувати новонароджених малюків від цього захворювання. Україна серед таких держав. Якщо дитина народилася в країні, де туберкульоз не поширений, але планує жити чи подорожувати до України, щеплення треба зробити.

Якщо з якоїсь причини малюк не отримав щеплення на третю–п'яту добу, його можна вакцинувати до двох місяців. Якщо ж цього не сталося і до двох місяців, то дитині спершу треба зробити пробу Манту. За негативного

* БЦЖ — латиною BCG. Це абревіатура від назви збудника, бацили Кальмета — Герена (Bacillus Calmette — Guérin).