

Für Sie, die ein Kind zu früh bekommen haben

Sie, die Eltern, sind die wichtigsten Personen im Leben Ihres Kindes. Dieses Faltblatt haben wir geschrieben, um Ihnen zu helfen, Ihr Kind besser kennen zu lernen und zu verstehen. Es gibt Ihnen Vorschläge, wie Sie Ihrem Kind helfen und es unterstützen können. Jedes Neugeborene nimmt kontakt mit seiner Umwelt durch seine Körpersprache auf. Frühgeborene haben ihre eigene Art, mit Ihnen und uns in Verbindung zu treten.



So zeigt ihr Kind, dass es ihm gut geht:

- *es hat einen entspannten Gesichtsausdruck*
- *es atmet ohne Anstrengung*
- *Es macht den versuch oder versucht und schafft es*
 - seine Arme und Beine nah an den Körper zu ziehen
 - seine Hände zum Mund zu führen, zu suchen und zu saugen
 - seine Hände, seine Finger oder einen Gegenstand festzuhalten
 - die fusse geneneinander oder gegen das Bett zu stemmen
 - sich ruhig und entspannt zu bewegen
 - sich zu beruhigen und einzuschlafen
- *Das Frühgeborene verändert seine Hautfarbe trotz Anstrengung nicht*

So zeigt ihr Kind, dass es erschöpft ist und Unterstützung oder eine Pause braucht:

- *es hat einen angespannten oder ängstlichen Gesichtsausdruck*
- *Es atmet angestrengt*
- *Es ist angespannt, schlapp oder streckt seine arbe und Beine von sich*
 - zuckt oft
 - gähnt, hustet oder niest mehrmals
 - es scheint ihm übel zu sein, es würgt, spuckt oder erbricht, ohne dass es zu viel Nahrung bekommen hat
 - es ist unruhig und hat es schwer, zur Ruhe zu kommen
- *Es verändert seine Hautfarbe, wird blass, dunkel oder marmoriert*

Ihr Kind schafft unterschiedlich viel in unterschiedlichen Situationen

Je unreifer und kränker Ihr Kind ist, umso mehr Unterstützung braucht es. Wird es dann älter und gesünder so braucht es weniger Unterstützung aber desto mehr Stimulans. Bald werden Sie die Fähigkeit und Art Ihres Kindes mit seiner Situation umzugehen verstehen.

Wie Ihre Hände, Stimme und Duft Ihrem Kind helfen können:

Mit ihren Händen können Sie Ihr Kind unterstützen und ihm helfen. Wenn Sie z.B. Ihre Hände vorsichtig auf oder um Ihr Kind legen, so vertehrt es, dass Sie da sind. Ihr Kind bekommt damit die Möglichkeit, mit ihrer Uderstützung aufzuwachsen. Ist Ihr Kind unruhig, so können Sie probieren, es mit Ihren Händen ganz still zu halten. Vielleicht möchte es ihren Finger fest halten. Ist Ihr Kind ruhig und eingeschlafen so nehmen sie ganz vorsichtig Ihre Hände wieder weg.

Auch mit ihrer Stimme können Sie Ihr Kind unterstützen. Reden Sie ruhig mit ihm! Ihr Kind erkennt Ihre Stimme, kann aufwachen oder auch einschlafen wenn es diese hört. Ist Ihr Kind unruhig, so können Sie versuchen, ruhig mit ihm zu reden und es gleichzeitig festhalten.

Manchmal braucht Ihr Kind eine Pause. Lassen Sie es sich einen Augenblick ausruhen ehe Sie es fertig versorgen oder mit ihm kontakt auf hehmen. Liegt Ihr Kind au Ihrer Brust und Sie füttern oder stillen es, so geben Sie ihm eine Pause, wenn es erschöpft ist. Heben Sie es hoch und halten Sie es ganz ruhig in Ihrem Arm, bevor Sie es weiter füttern oder versuchen zu stillen.

Geben sie ihrem Kind ein weiches Tuch, das sie an Ihrer Haut getragen haben, so dass er sich festhalten und an ihm riechen kann. Es gibt Ihrem Kind die Möglichkeit, Ihren Duft schon zu kennen, sobald Sie den ersten gemeinsamen Hautkontakt haben.

Bauen Sie ein kleines Nest für Ihr Kind, in dem es von allen Seiten gepolstert wird, jedoch genügend Platz hat, sich zu bewegen.

Helfen Sie ihrem Kind seine Hände zum Mund zu führen, da fühlt es sich sicher. Ihr kind möchte vielleicht an seiner Hand saugen. Auch frühgeborene mögen es an ihren Händen oder auch an ainem kleinen Schnuller zu saugen.

Dieses elterninformationsblatt basiert auf Grundsätzen gemäss NIDCAP (Newborn Individualized Developmental Care and Assessment Program), familienznetrierte entwicklungsunterstützende Neugeborenenpflege.

© Scandinavian NIDCAP Center, Ann-Sofie Gustafsson und Susanne Åkerström, Astrid Lindgrens barnsjukhus, Stockholm 2002.