

Neonatal hemsjukvård vid Astrid Lindgrens barnsjukhus





På Astrid Lindgrens barnsjukhus vid Karolinska universitetssjukhuset erbjuder vi hemsjukvård till barn med behov av specialistvård under nyföddhetsperioden. Det innebär att en sjuksköterska från hemsjukvårdsteamet kommer hem till er en eller flera gånger i veckan utifrån era och barnets behov. Neonatal hemsjukvård bedrivs i samverkan med den neonatala sjukhusvården på våra enheter i Solna, Huddinge och Danderyd.

Förutsättningar för att kunna vårdas i hemmet

- Barnets andning och cirkulation är stabil.
- Barnet håller stabil kroppstemperatur utan hjälp av värmesäng.
- Bilbarnstol för att kunna ta sig mellan hemmet och sjukhuset, i egen bil eller taxi (sjukresekort erbjuds).

Vad innebär hemsjukvård i praktiken?

Hemsjukvården är bemannad måndag till fredag dagtid. Barnet är under vårdtiden fortsatt inskrivet på neonatalavdelningen. Detta innebär att ni kan ringa dygnet runt för rådgivning. Inför överföring till hemsjukvård får ni vägledning i hur ni på bästa sätt kan observera ert barn. Ni går även igenom rutiner kring eventuella behandlingar som ska utföras i hemmet, exempelvis sondmatning eller ljusbehandling.

Hembesök planeras in utifrån barnets och era behov och kan variera under vårdtiden. Det kan också bli aktuellt för er att komma in till sjukhuset i samband med läkarkontroll eller t.ex. för sonsättning.

Barnet blir utskrivet när hen är medicinskt stabil, kan äta själv via diande eller annan tillmatning och går upp tillfredställande i vikt. Det kan också handla om att ljusbehandling skall vara avvecklad och att bilirubinvärdet sjunker stabilt.

Om barnet får en infektion i hemmet och återinläggning krävs sker detta vanligtvis inte på neonatalenheten, då smittorisken för övriga patienter är för stor.

Vid hembesöket

Sjuksköterskan gör en bedömning av barnets allmänna status - exempelvis vitalitet, andning, snuva, kroppstemperatur, hudfärg, hudveck, avföring och urin.

Barnets vikt kontrolleras och nutritionsplanering utvärderas tillsammans med föräldrarna. Vid behov byts sonden och eventuell provtagning genomförs. Sjuksköterskan har en stödjande funktion utifrån föräldrarnas behov. Tid för frågor och information utifrån situation finns.

Temperaturreglering

För att barnet ska kunna åka hem behöver hen först kunna hålla kroppstemperaturen utan värmebädd. Eftersom temperaturregleringen hos barnet ännu inte är fullt utvecklad behöver du som förälder i hemmet kontrollera kroppstemperaturen vid två tillfällen under de första dagarna för att försäkra dig om att barnet behåller en kroppstemperatur mellan 36,7 till 37,2 grader. Ett barn som blir för kallt förbrukar mycket energi på att hålla sig varm i stället för att öka i vikt. Ett barn som blir för varmt kan bli trött och mindre intresserad av att äta. När barnets temperatur är stabil räcker det att känna på barnets nacke, rygg och mage.

Om ditt barn blir kallt:

- Lägg barnet hud mot hud
- Använd gärna bärsjal eller tub/tröja
- Använd mössa inomhus
- Använd flera lager av kläder/filtar i sängen

Sömn

Enligt socialstyrelsens rekommendationer minskar risken för plötslig spädbarnsdöd om barnet sover i ryggläge när föräldrarna inte är vakna och befinner sig i närheten. Ryggläge anses vara säkrare än sidoläge eftersom barnet i sidoläge kan riskera att rulla över från sidan till mage. Barnet skall sova i egen säng i föräldrarnas sovrum alternativt egen bädd i föräldrarnas säng. Egen bädd innebär att barnet skall ha egen madrass och eget täcke för att undvika att barnet blir för varmt. Ta bort överflödiga kuddar som riskerar att ramla över barnet.

Träning av nackmuskulatur

Lägg gärna barnet på mage några gånger varje dag när det är vaket, det hjälper barnet att träna upp styrkan i nackmuskulaturen.

Bad

Många barn tycker om att bada, men 1-2 gånger per vecka räcker gott och väl. Mellan baden tvättas barnet. Halsveck, ljumskar, öronveck och armhålor kontrolleras varje dag så att även dessa hudytor är rena och torra. Det går bra att bada även innan navelstumpen har ramlat av.





Blöjbyte

Många barn blir röda i stjärten eftersom avföringen är lös, lite frätande och kommer ofta. Använd i första hand torra tvättlappar som blöts upp med ljummet vatten. Lufta och håll rent och torrt. Vid röd och irriterad hud kan du bada med bröstmjölk. Salvor kan också användas för att skydda huden. Rådgör gärna med din hemsjukvårdssjuksköterska.

Besök - infektionsrisker, handhygien och tobak

Ett nyfött barn är i behov av lugn och ro för att växa. För tidigt födda barn är känsligare än andra, till exempel för intryck såsom ljus och ljud. I den mån familjen och ert barn orkar går det bra att ta emot besök från släkt och vänner, men begränsa besöken den första tiden. Ingen som kommer på besök bör vara förkyld eller ha annan smittsam sjukdom. Eftersom barn i förskoleåldern löper en ökad risk att smittas av infektionssjukdomar bör man begränsa besök av barn i denna ålder. Det kan även vara lämpligt att undvika miljöer där många samlas, såsom kollektivtrafik eller gallerior. Det går dock mycket bra att vistas utomhus. Om någon i familjen blir sjuk bör denne undvika nära kontakt med barnet, exempelvis pussar eller nysningar i närheten av barnet. God handhygien upprätthålls normalt med handtvätt i tvål och vatten. I infektionstider skall även handsprit användas. Det är även viktigt att alltid hålla inomhusmiljön kring barnet rökfri, då nyfödda och för tidigt födda barns lungor är extra känsliga för irritationen från tobaksrök.

Färdmedel

Alla som skrivs in i hemsjukvården behöver ha möjlighet att ta sig till och från sjukhuset. Om du inte har tillgång till egen bil erbjuds du ett sjukresekort som laddas med taxiresor. En resa till eller från sjukhuset kostar då 140 kr. Kollektivtrafik rekommenderas inte under inskrivningstiden på grund av infektionsrisken. Ett godkänt babyskydd/bilbarnstol bör medtagas till sjukhuset inför hemfärd. Det är möjligt att ansöka om milersättning för färd i egen bil.

Sondmatning

- Värm maten i vattenbad till ca 37 grader.
- Kasta överbliven mat efter måltiden.
- Lagret av sondsprutor fylls på av hemsjukvården under vårdtiden.
- Kontrollera alltid sondens läge innan du börjar sondmata.
- Kontrollera att tejen sitter fast ordentligt.
- Kontrollera att den röda markeringen är på plats vid näsvingen och stämmer överens med siffermarkeringen.
- Sätt sondsprutan på sonden och dra långsamt tillbaka (retur). Om maginnehåll kommer upp är detta ett tecken på att sonden ligger i magsäcken.
- Om det inte kommer upp något maginnehåll, prova att spruta ned 2 ml luft och dra sedan tillbaka igen. Du kan också ändra barnets läge eller ge lite mat i munnen på sked eller via kopp eller diande.
- Om barnet har kommit igång med amningen är det lättare att få upp mat från magen vid testning av sondläge.
- Mata aldrig om du inte får upp någon retur i sonden. Den kan då vara felaktigt placerad.
- Barnet kan med fördel sondmatas vid bröstet eller i famnen hud mot hud. Detta för att förknippa mättnaden med bröstet, för att skapa närkontakt och för att du ska kunna se hur barnet reagerar på maten.
- Avsluta sondmatningen genom att spruta ned ca 0,5 ml luft genom sonden.
- Rengör sprutorna genom att dra isär dem, skölj dem med först kallt och sedan varmt vatten. Låt lufttorka. Återanvänd dem och byt sprutor två gånger per dygn, morgon och kväll.
- Sondsprutorna ska inte kokas eller diskas i maskin.
- Sondmatning bör endast ske av föräldrar/anhöriga som fått genomgång i sondmatning med sjuksköterska.
- Sondens byts ut av en hemsjukvårdssjuksköterska med 1-2 veckors intervall.



Pumpning och hantering av bröstmjölk

Pumpning av bröstmjölk bör genomföras direkt efter amning eller tillmatning. Tvätta händerna innan du pumpar. Efter pumpning sköljs flaskorna och pumptillbehören med kallt vatten och handdiskas eller maskindiskas och lufttorkas. Pumpset, flaskor och nappar (inte slangar) kokas i fem minuter en gång per dygn. Möjlighet finns att låna elektrisk bröstpump från avdelningen. Det är kostnadsfritt så länge barnet är inskrivet i hemsjukvården.

Förvaring av bröstmjölk och modersmjölksersättning

Urpumpad bröstmjölk kan förvaras i kylskåp (+4-6 grader) i max två dygn. Blanda inte kall och varm bröstmjölk, men håll gärna ihop mjölken från samma dygn när den är kall. Märk flaskorna med datum.

Bröstmjölk kan frysas inom ett dygn från pumpningen. Hållbarheten i frystemperatur (minst 18 minusgrader) är sex månader. Den frysta mjölken tinas i kylskåp under natten, alternativt i vattenbad med kallt vatten i 2-3 timmar. Den håller sedan i ytterligare två dygn och kan inte frysas ned igen.

En nyöppnad förpackning bröstmjölksersättning är vanligtvis hållbar i en månad. Blanda pulvret med kokt vatten som fått svalna. Du kan på detta sätt förbereda och förvara ersättningen i 24 timmar i kylskåp. Samma hållbarhetstid gäller om du tillför tillsatser i bröstmjölksersättningen.

Matberikningar

All prematurformula och eventuella matberikningar är gratis så länge som barnet är inskrivet i hemsjukvården. Vår dietist och/eller annan personal går innan hemgång igenom hur man tillreder berikad mat utifrån en skriftlig instruktion (dietistbrev).



Hur kan jag observera mitt barns allmäntillstånd?

Det är föräldrarna som känner sitt barn bäst. Därför är de observationer som föräldrarna gör av barnet mycket viktiga. Var särskilt uppmärksam på:

- Barnets hudfärg, exempelvis blekhet
- Om barnet blir trött och inte orkar äta
- Barnets kroppstemperatur
- Nästäppa, snuva och kladdiga ögon. Ha gärna koksalt hemma
- Om barnet börjar kräkas mycket oberoende av måltider, t. ex. i horisontellt läge och om det grimaserar och tappar matlust
- Om naveln blir röd och kladdig - tvätta med koksalt och kompress

Kontakta hemsjukvården när

- Sonden åker ut och ni inte har ett planerat hembesök inom de närmsta timmarna
- Barnets kroppstemperatur är under 36,5 grader trots att ni provat åtgärder för att värma barnet
- Barnets andningsmönster och hudfärg förändras
- Barnet är ovanligt trött och inte orkar äta som tidigare
- Ni inte får någon retur då ni kontrollerar sondläge

Utanför kontorstid kontaktas neonatalvårdavdelningen.

För kontaktuppgifter, se baksidan av denna broschyr.

Utrustning för den första tiden hemma

Skickas med från avdelningen

- Sondsprutor
- Tejp för att extratejpa sonden
- Bröstpump för lån/hyra
- Prematurformula om den är receptbelagd
- Ev. tillsatser som blandas i bröstmjolk/modersmjölksersättning
- Ev. mediciner som skall administreras i hemmet

Varje familj får en box med förbrukningsartiklar vid det första hembesöket. Boxen ska förvaras oåtkomligt för syskon och innehållet används av sjuksköterskan vid hembesöken.

Att köpa med sig hem

- Blöjor - prematurblöjor säljs på apoteket
- Koksalt för näsan och eventuell ögontvätt
- Termometer för att kontrollera kroppstemperatur
- Ev. amningsnapp och tröstnapp
- Flaskor att värma maten i
- Salvor