

## Vastsündinu vajab põhjalikku tervisekontrolli

Erinevalt varasemast ajast peavad vanemad lapse sünni järel tänapäeval ise perearstiga ühendust võtma. Lastearstid muretsevad, kas vanemad on küllalt teadlikud vastsündinu kohese koduse tervisekontrolli vajadusest või äkki jäävad beebid niimoodi ilma elutähtsast sünnijärgsest kontrollist.

Tallinnas läbi viidud uuring näitas, et vaid 2/3 vanematest võtab vastsündinuga sünnitushaiglast koju jõudnult kohe kontakti oma perearstiga. “Vastsündinuga on esimesed 28 elupäeva ja see on inimese elus ainulaadne periood, kus organism peab väga kiiresti kohanema üsasisese elu järel üsavälise eluga.

See on eluperiood, mis vajab väga korrektset ja head meditsiinilist jälgimist,” ütleb SA Tallinna Lastehaigla vastsündinute ja imikute osakonna vanemarst Liis Toome. Tänapäeval pakub Eestis esmatasandi meditsiiniabi perearst ning ka haiglast koju jõudnud vastsündinut peab jälgima perearst. Kahjuks puudub tal tihti informatsioon uue patsiendi lisandumise kohta, sest rasedust jälgivad ainult günekoloog ja ämmaemand ning perearstidel võib jääda vajalik teave saamata.

### *Varakult ja turvaliselt koju*

Kaasaegne suundumus on, et sünnitusmajadest kirjutatakse emad koos vastsündinutega välja üha varem – kui 1990. aastate algul oldi ligi nädal sünnitusmajas, siis nüüdseks on see aeg lühenenud 2–3 päevani. Vastsündinute varast kojusaatmist soositakse üle maailma, kuna ema ja laps saavad sel moel vajalikku privaatsust, et teineteisega harjuda. Lisaks ei ohusta vastsündinut kodus haiglasisesed nakkused ning teatud määral vähenevad ka tervishoiukulud.

On olemas täpsed kriteeriumid, millal võib naise ja lapse sünnitusmajast vara, s.o enne lapse 48 elutunni täitumist, koju kirjutada. Näiteks saab üksikraseduse puhul (mitmikud peavad haiglas kauem olema) koju loomuliku sünnitusega ajalisena sündinud hea toitumisega terve laps, kellel on käivitunud õnnestunud imetamine ja kelle ema on läbinud hooldusõppe. Samuti peavad olema teada raseduse ajal emale tehtud skriiningtestide tulemused, et näha, kas laps on ohustatud infektsioonhaigustest, ja olla kindel, et pole reesuskonflikti ohtu. Teada peavad olema ka beebi tervist mõjutavad keskkonnast tulenevad riskitegurid ning pere psühhosotsiaalne toimetulek.

Eluohtlikud haigused võivad avalduda päevi hiljem. Samas on Toome hinnangul varajasel kojukirjutamisel ka puudused: esimese 48 elutunni jooksul ei pruugi veel avalduda mitmed lapse elu ohustavad haigused, nende diagnoosimise ja ravi hiline mine võib lapsele väga halvasti mõjuda. Nii varajases staadiumis ei ilmne näiteks osa kaasasündinud südamerikkeid, seedetrakti väärarendeid ning ainevahetushaigusi.

Sünnitusmajast varakult koju kirjutatud beebid peavad kindlasti käima esimesel elunädalal sünnitusmajas järelkontrollil, kus lapse seisundit hindab lastearst, tehakse esimesed kaitsesüstid ning last skriinitakse kaasasündinud haiguste ning kuulmispuude suhtes.

Lastearstid soovivad, et sünnitusmajajärgselt külastaks uut ilmakodanikku tema kodus pereõde ja järgmised kontrollid toimuksid perearsti juures lapse 14 päeva ja seejärel ühe kuu vanuses.

*Põhiprobleemid: kehv toitumine, liigne kollasus ning eluohtlikud haigused*

Vastsündinu esimese kahe nädala peamised haiglaravi nõudvad probleemid on toitumisraskused ja ravi vajav kollasus.

Toitumisprobleemid võivad lapse elu tõsiselt ohustada. Füsioloogiliselt langeb esimestel elupäevadel vastsündinu kaal 5–8 protsenti, kuid mitte mingil juhul üle kümne protsendi. Iga ema loomulik soov on last imetada, kuid samas ei pruugi esmasünnitaja osata hinnata, kas tema laps ikka saab rinnast söönuks. Seepärast on alguses oluline jälgida, et lapse imetamine õnnestuks hästi.

Teine tõsine mure on kollasus. Esimestel elunädalatel esineb mõnel vastsündinul füsioloogiline kollasus, millest võib imetamisprobleemidest tuleneva veevaeguse või erinevate haiguste foonil areneda imikut ohustav kollasus. Sel juhul võib last tabada püsiv närvisüsteemi kahjustus ning kuulmislangus.

Kolmandal ja neljandal elunädalal suureneb vastsündinul infektsioonide osakaal haiguste osas, mis vajavad hospitaliseerimist. Kui nii väikesel lapsel tekib palavik, on reeglina teda tabanud väga tõsine bakteriaalne nakkus ja ta vajab antibiootikume. Vastsündinul on tõsiselt alarmeerivaks sümptomiks juba 38-kraadine palavik, mistõttu esimesel neljal elunädalal tuleks palavikuga vastsündinu viia põhjuse selgitamiseks haiglasse. Esimesel elukuul võivad avalduda mitmed harvaesinevad, kuid beebi elu ohustavad haigused ja siseelundite väärandid.

Kaasasündinud südamerikete sümptomid, nt lapse hingeldus, võivad vanematele jääda märkamatuks, mistõttu vastsündinuas ei ole mingil juhul lubatav beebi tervisehädasid nõustada telefoni teel.

*Iga elu algus nõuab hoolikat tähelepanu.*

Kõige parema tulemuse tagab lapsevanemate ja spetsialisti usalduslik koostöö. Seepärast peaksid tulevased emad-isad endale juba varakult selgeks tegema, millise arsti juurde kohe pärast sünnitusmajast koju jõudmist oma vastsündinuga pöörduda.

*Liis Toome*

*lastearst*

*SA Tallinna Lastehaigla vastsündinute ja imikute osakonna juhataja*