

Odtegnitveni sindrom novorojenčka

KNJIŽICA ZA STARŠE



PRVI KORAKI
DRUŠTVO ZA POMOČ BOLNIM NOVOROJENČKOM

univerzitetni
klinični
center
ljubljana



Kolofon

Avtorica: Martina Lekan, dipl. m. s.

Recenzenta: doc. dr. Darja Paro Panjan, dr.med., asist. dr. Borut Bratanič, dr.med.

Lektorica: Jasna Zupan, univ.dipl. slovenistka

Urednica: doc. dr. Darja Paro Panjan, dr. med.

Oblikovanje in prelom: Maruša Kocman

Fotografije: Martina Lekan, dipl. m. s., iStockphoto, stock.xchng

Spoštovani starši!

Osebe našega oddelka se zaveda, da je obdobje, v katerem ste se znašli, težavno, tako za vas, starše, kot tudi za vašega novorojenčka. Naš cilj je pomagati vam in vašemu otroku, da skupaj prebrodite začetne težave in se čim hitreje vrnete v domače okolje.

Za lažje razumevanje zdravljenja in zdravstvene nege vašega novorojenčka, ki kaže znake odtegnitve psihotropnih substanc, vam podajamo kratke informacije.



Kako ugotovimo, da je bil novorojenček v času nosečnosti izpostavljen psihotropnim substancam?

1. Z laboratorijskimi preiskavami krvi, urina, mekonija (prvo novorojenčkovo blato) in las na droge.

2. Z opazovanjem otroka.

Po rojstvu novorojenček ni več izpostavljen psihotropnim substancam, vendar se pri njem v obdobju 24–72 ur razvijejo znaki odtegnitve od drog, ki jih je mati uživala med nosečnostjo. Trajanje in intenzivnost znakov sta odvisna od vrste, količine in kombinacije različnih vrst psihogenih substanc, ki jih je mati uživala med nosečnostjo in so prek posteljice prehajale do plodu.



Znaki odtegnitve psihotropnih substanc pri novorojenčku

- Intenziven cvileč jok,
- drget,
- zamašen nos,
- neučinkovito sesanje in požiranje,
- slabo pridobivanje telesne teže,
- pospešeno dihanje,
- povišana telesna temperatura,
- razdražljivost,
- motnja spanja,
- kihanje, solzenje, kolcanje, zehanje,
- napete mišice rok, nog in hrbta,
- bruhanje/driska,
- poškodbe na koži,
- možganski napadi.



Kako poteka opazovanje vašega novorojenčka?

Za opazovanje novorojenčka uporabljamo posebno točkovno lestvico, v kateri so navedeni znaki odtegnitve pri novorojenčku. Po tej lestvici osebe novorojenčka ocenjuje na 2 do 4 ure.



Kako potekata oskrba in zdravljenje vašega novorojenčka?

Vsak otrok, ki kaže znake odtegnitve psihotropnih substanc, potrebuje podporno zdravstveno nego. Če otrok pri ocenjevanju zbere trikrat zapored več kot osem točk, potem poleg podporne zdravstvene nege potrebuje tudi zdravljenje.

Namen zdravljenja z morfijem ali phenobarbithonom je zmanjšati intenzivnost znakov po odtegnitvi psihotropnih substanc pri novorojenčku in preprečiti morebitne možganske napade. Ocenjevanje znakov odtegnitve poteka tudi v času, ko otrok prejema zdravila, in še nekaj dni potem, ko se zdravljenje konča.



Kaj pomeni podporna oskrba?

Vaš novorojenček je bil pred rojstvom v hudi stiski, zato ni sposoben obvladati posameznih ali več sočasno prisotnih in ponavljajočih se dražljajev. Vznemirijo ga že vsakdanji dražljaji, kot so zvok, svetloba in dotiki. Manj je pozoren tudi na vidne dražljaje. Ker jih ni sposoben obvladati, se nanje odziva s kihanjem, kolcanjem, zehanjem, nenehnim jokom, pretiranim gibanjem, razdražljivostjo, nespečnostjo, slabo pozornostjo, nenehnim sesanjem prstov, potenjem, bruhanjem in s težavami pri hranjenju. Vsi omenjeni znaki nas opozarjajo, da je otrokov prag za dražljaje presežen. S podporno oskrbo otroku pomagamo, da se postopno sooči s posameznimi dražljaji. Izvajanje podporne oskrbe začnemo že v bolnišnici, starši pa z njo nadaljujete doma.

Podporna oskrba pomeni, da:

- iz otrokovega bivalnega okolja odstranimo dražljaje, ki vplivajo na njegovo čezmerno čutno zaznavanje, in mu pomagamo doseči mirno spanje in mirno budnost;
- otroku pogosteje ponudimo obroke hrane;
- otroku pomagamo pri vzdrževanju normalne telesne temperature;
- kljub otrokovemu nemiru, bruhanju, izločanju tekočega blata in potenju poskušamo obdržati njegovo kožo čisto in brez poškodb.

Osnovne otrokove potrebe po ljubezni, pozornosti, hrani, spanju in telesni higieni poskušajte doma zadovoljiti v tihem, rahlo zatemnjenem prostoru in pri tem uporabite tehnike pomirjanja. Vendar to ne pomeni, da mora otrok prve tedne in mesece življenja preživeti v temnem prostoru. Rahlo zatemnjen prostor otrok potrebuje prvih nekaj dni ali tednov življenja, postopno pa lahko dodajate dnevno svetlobo in ga zaščitite le pred neposredno sončno ali umetno svetlobno. Podobno poskušajte ravnati tudi z ostalimi dražljaji. Pozorno opazujte svojega otroka. Njegovi odzivi na svetlobo, zvok, dotike, objeme, poglede in ogovarjanje vam povedo, katere in kako močne dražljaje je že pripravljen sprejeti. Dražljaje dodajate postopno. Ko opazite, da se na določen dražljaj lepo odziva, mu dodajte novega (npr. dotik, kasneje ogovarjanje). Če postaja ob novih dražljajih nemiren, pomeni, da še ni pripravljen sprejemati zahtevnejših ali več dražljajev hkrati. Pri njihovem obvladovanju mu lahko pomagate s tehnikami pomirjanja, kot so:

- zavijanje otroka v odejo in/ali nameščanje v rahlo pokrčen položaj z rokami na prsnem košu. V tem položaju bo otrok lažje obvladal dražljaje. Prve tedne se bo otrok bolje počutil, če bo v odejo zavit tudi med spanjem. Kasneje pa mu med spanjem nežno razrahljate ali odgrnite odejo, v katero je zavit. Tako se bo postopno naučil nadzorovati svoje gibanje;
- sesanje igralne dude, ki pripomore, da se otrok umiri ali ostane miren, medtem ko ga negujete;
- pestovanje brez trepljanja po hrbtu ali ritki;
- počasno zibanje v naročju. Mnogo otrok ima raje zibanje v pokončnem položaju. Pokončno zibanje otroka, ki sesa dudo in ima roke pokrčene na prsnem košu, pripomore k mirni budnosti in podpira otrokovo pozornost.

Tehnike pomirjanja uporabljajte, dokler otrok kaže znake izčrpanosti (zehanje, kolcanje) ali nemira (jok, razdražljivost, čezmerno gibanje, težave s hranjenjem). Ne pozabite, da potrebuje veliko časa, da se sprosti in umiri.



Kaj lahko starši storite za svojega novorojenčka?

Opazujte otrokove vedenjske vzorce in mu pomagajte premagati težave.

Razdražljivost in cvileč jok

Otrok je po odtegnitvi psihotropnih substanc zelo občutljiv. Na očesni stik, glas, hrup, svetlobo ali dotik se odzove z razdražljivostjo, neurejenimi gibi in jokom. Jok je lahko posledica otrokove lakote ali bolečine, obenem pa je to tudi mehanizem, s katerim otrok izraža svojo notranjo napetost. Kljub temu da imate občutek, da se otrok brani vašega naročja (joka, sili z glavicco nazaj, sesa zapestje in sunkovito premika roke in noge), potrebuje vaš objem in pomoč.

- Pomagajte mu že ob prvih znakih nemira in poskušajte preprečiti, da bi prešel v stanje neutolažljivega joka. Zaščitite ga pred močno svetlobo in poskrbite, da bo pri vas doma tiho in mirno.
- Pozorni bodite na otrokov jok, morda ima mokro plenico ali pa je od zadnjega obroka preteklo 2–3 ure in je že lačen. Pogosto otrok z visokim in neustavljivim jokom izraža svoj notranji nemir. Ob joku ni sposoben obvladati svojih gibov in sprejemati dražljajev iz okolja.
- Ob joku in sunkovitih gibih mu roke pokrčite in naslonite na njegov prsni koš. Nežno ga obrnite na bok. Otrokova lega naj bo podobna legi, ki jo je otrok imel v maternici. Gibanje njegovih rok lahko zadržite tako, da ga zavijete v tanko odejo. Če je otrok še vedno nemiren, ga dvignite v naročje in ga v rahlo pokrčenem položaju zadržite v tesnem objemu, dokler se ne sprosti. Prve tedne bo verjetno potreboval še nežno zibanje in se umiril šele, ko mu boste ponudili igralno dudo.
- Otroka vam je uspelo potolažiti, sedaj si želite, da ostane miren, vendar mu morate zamenjati še plenico. Menjava pleničke ali preoblačenje bosta za otroka manj stresna, če bo medtem lahko sesal dudo in na svojem prsnem košu držal primerno veliko plišasto igračko (slika 1). Tako se bo otrok lažje spoprijel z neprijetnimi dražljaji, ki spremljajo preoblačenje. Počutil se bo varnega, njegovi gibi bodo mirnejši. Sčasoma boste opazili, da se vedno redkeje zdrzne in plane v jok, obdobja nemira s čezmernim gibanjem bodo vedno krajša. Postopno se bo začel zanimati za okolje, ki ga obdaja. Morda je vaš otrok občutljiv tudi na barvaste predmete. Opazujte ga in ugotovite, katere barve in vidni dražljaji zbudijo mirno otrokovo pozornost in ga ne vznemirijo.



Slika 1.

- Dokler je otrok razdražljiv, bodite pozorni na morebitne spremembe na koži komolcev, prstov, kolen, palcev in pet. Ob svojem nemiru poškoduje kožo, saj s svojimi rokami in nogami nenehno drgne ob podlago, na kateri leži. Poškodbe kože na omenjenih mestih bodo manjše, če bo otrok ležal na boku in ne na trebuhu. Kožo na izpostavljenih mestih mu zaščitite s kremo.

Nespečnost

Plitvo spanje je posledica otrokove nezmožnosti obvladati dražljaje. Vsak dražljaj ga zmoti, zato postane nemiren in plane v jok. Zaradi pogostega prebujanja otrok ni zmožen obdržati mirne budnosti in pozornosti. Neurejen ritem spanja in čezmerna budnost povečata presnovo in izčrpata otrokovo energijo, ki jo potrebuje za rast in razvoj. Pogosto prebujanje, razdražljiva budnost in nepravilna zaporedja spanja in budnosti bodo vašega otroka spremljala več tednov ali mesecev.

- Če želite, da bo vaš otrok ujel urejen ritem spanja in mirno budnost, poskrbite za mirno okolje.
- Otrok naj spi v svojem ležišču. Vzgljavje ležišča naj bo nekoliko dvignjeno. V trgovinah so na voljo različna ležišča za zibanje otrok, ki pa za vašega otroka niso primerna. Nenadno hitro zibanje bo vašega otroka še dodatno vznemirilo.
- Prizadevajte si, da bo imel otrok vedno suho pleničko ter čisto in zdravo kožo.
- Pred spanjem mu ponudite igralno dudo in ga zavijte v tanko mehko odejo. S tem boste omejili njegovo gibanje in preprečili, da bi ga med uspavanjem motili njegovi lastni gibi.
- Otroka med spanjem ne motite. Lahko ga zbudite le, če ima težave s prenizko telesno težo in je že odspal tri ure. Preden ga zbudite, si pripravite stekleničko z mlekom. Nežno ga dvignite v naročje in se z dudo dotaknite otrokovih ustnih kotov. Dotiki sprožijo iskalni refleks. Otroka lahko zbudite tudi s previjanjem. Previjajte ga z mirnimi in počasnimi gibi.
- Opazujte svojega otroka in njegove odzive na vašo pomoč. S svojimi odzivi vam bo pokazal, kaj ga pomiri in uspava.

Drget

- Če pozorno opazujete svojega otroka, opazite, da se ob močni svetlobi, hrupu ali nenadnem dotiku zdrzne, zatrepeta z rokami in nogami ali plane v jok.
- Potrudite se, da bo v otrokovem okolju čim manj dražljajev. Vedno se mu približajte tiho in se ga dotaknite z nežnimi in počasnimi gibi. Ne ogovarjajte ga in ne glejte v oči. Otrok bo imel čas, da se bo postopno prilagodil na vaše dotike. Kasneje lahko dodaste še druge dražljaje.

Pretirano sesanje (otrok nenehno sesa svoje prste)

- Nenehno sesanje rok ni posledica otrokove lakote. Z nenehnim sesanjem se skuša vaš otrok sam potolažiti in umiriti, vendar je pri tem neuspešen. Ob nenehnem prenašanju rok k obrazu si pogosto razpraska kožo obraza, s sesanjem zapestji in slinjenjem pa draži kožo na rokah.
- Da bo potešil željo po nenehnem sesanju, mu ponudite igralno dudo. Tako bo manj dražil kožo na prstih in zapestjih.
- Roke mu zaščitite z mehкими rokavičkami, ki bodo omilile praskanje obraza.
- Otrokovo poškodovano kožo okoli ust poskušajte obdržati čisto in jo zaščitite z otroško kremo. Uporabite zelo tanek sloj zaščitne kreme, saj si jo otrok med sesanjem lahko nese v usta.

Težave pri hranjenju

- Pred hranjenjem odstranite iz okolja vse moteče dražljaje. Če je otrok nemiren, ga najprej pomirite, saj ga bodo med hranjenjem motili njegovi lastni nemirni gibi rok in nog. Roke mu nežno pokrčite in naslonite na njegov prsni koš. V tem položaju mu okoli zgornjega dela telesa in rok namestite tanko pleničko (preveč zaviti otrok se bo med hranjenjem potil), ki bo zadržala otrokove nemirne gibe rok. Vzemite ga v naročje in mu ponudite igralno dudo. Zadržite ga v polsedečem položaju. Počakajte, da se umiri in sprosti, nato mu iz ust nežno odstranite igralno dudo. S hranilno dudo se počasi dotaknite otrokovih ustnih kotov. Počakajte, da poišče dudo in sam odpre usta.
- Med hranjenjem se izogibajte očesnemu stiku in ogovarjanju otroka. Hranjenje, ogovarjanje in očesni stik so močni dražljaji, ki jih otrok ni sposoben hkrati obvladati. Ob prisotnosti vseh treh dražljajev bo postal nemiren, začel bo polivati hrano, jokati, odklanjati stekleničko ali pa bo začel kolcat, kihati ali zehati. Ob prvih znakih nemira umaknite stekleničko in otroka ponovno umirite. Hranjenje nadaljujte šele, ko se otrok umiri in sprosti.

- Otroci imajo po odtegnitvi psihotropnih drog težave pri usklajevanju sesanja in požiranja. Te težave spremljajo otroka tudi več tednov ali celo mesecev. Otroku lahko pomagata tako, da s prstom nežno podprete njegovo brado (slika 2). Tako bo vaš otrok lažje sesal in požiral hrano.



Slika 2.

- Za hranjenje si morate vzeti čas in otroka hranite počasi. Dovolite mu, da med sesanjem počiva in večkrat podre kupček. Med podiranjem kupčka ga nežno masirajte po hrbtu, trepljanje po hrbtu ga bo vznemirilo. Morda bo med podiranjem kupčka postal nemiren, zato mu lahko medtem ponudite igralno dudo.
- Otroku večkrat na dan ponudite manjšo količino mleka.
- Po hranjenju ga namestite na bok in se izogibajte spanju na trebuhu.
- Če otrok ne pridobiva telesne teže, se posvetujte z zdravnikom.
- Če uživate metadon, je dojenje dovoljeno, vendar morate dojiti pod zdravniškim nadzorom. Prenos manjše količine metadona prek materinega mleka in intoksikacija otroka sta možna, vendar redka zapleta. Dojenje pa odsvetujemo, če poleg metadona uživate tudi druge psihotropne substance.
- Dojenje ni dovoljeno, če imate virus aidsa. Številne raziskave so pokazale, da virus HIV prehaja v materino mleko.

Polivanje in bruhanje

Dokler otrok ne zna lepo sesati in požirati, skupaj s hrano popije tudi veliko zraka. Zato bo pri podiranju kupčka ali po hranjenju polival in celo bruhal.

- Otrok bo po hranjenju manj polival in/ali bruhal, če bo med hranjenjem miren in hranjen počasi.
- Med hranjenjem ga držite v polsedečem položaju in mu omogočite, da bo večkrat podrl kupček.
- Po hranjenju ga nežno položite v posteljo, ki ima vzglavje dvignjeno za 30°.
- Ob polivanju in/ali bruhanju poskrbite za otrokovo osebno higieno, saj se bo otrok le tako počutil prijetno, njegova koža pa bo ostala zdrava.
- Če bo polival in bruhal več kot običajno, se posvetujte z zdravnikom.

Driska

- Otroka redno previjajte in s kremo zaščitite kožo na ritki.
- Če otrok zaradi driske ne pridobiva telesne teže, se posvetujte z zdravnikom o uporabi dietetičnega mleka, ki pripomore k normalizaciji blata.

Kihanje

- Poskrbite, da bo imel vaš otrok vedno čist nosek.

Kolcanje in zehanje

- Kolcanje in zehanje sta najpogosteje posledici otrokove utrujenosti in preobremenjenosti, zato ne dodajajte novih dražljajev. Dvigovalje iz posteljice, spreminjanje otrokove lege, trepljanje po hrbtu ali masaža trebuščka so dražljaji, ki otroka dodatno obremenijo.

Potenje in visoka telesna temperatura (več kot 37° C)

- Vaš otrok je pogosto nemiren, zato se tudi močno poti. Skrbno negujte kožo v pregibih vratu, rok in nog. Po vsakem umivanju omenjena mesta dobro osušite. Ob pogostem potenju se na ta mesta naselijo glivice, zato poskrbite, da bo imel na sebi čista in suha oblačila.
- Kljub temu da zavijanje v odejo otroka pomirja, pa je to lahko vzrok za povišano telesno temperaturo. Otroka oblecite v tanka bombažna oblačila in ga nato zavijte v tanko bombažno odejo. Tako zavitega ni treba dodatno pokrivati z odejo.
- Obiščite zdravnika, če je otrok primerno oblečen, njegova telesna temperatura pa je kljub temu visoka in kaže še druge bolezenske znake.

Težave pri dihanju

- Pogosto ima otrok prvih nekaj dni po rojstvu zaradi odtegnitve psihotropnih substanc težave z dihanjem, ki se kažejo kot pospešeno dihanje (več kot 60 vdihov na minuto), brez dihalnih naporov ali z njimi. Po nekaj dneh se stanje umiri. Še vedno pa ima otrok lahko težave z dihanjem med samim hranjenjem. Težave omilite z že opisano tehniko hranjenja.
- Ponovne večje težave pri dihanju nastopijo ob različnih okužbah. Napotite se k zdravniku, če opazite, da otrok pomodreva in diha hitreje.

Omenjene težave lahko otroka spremljajo tudi več mesecev. Svojemu otroku lahko pomagajte z vztrajnostjo in ljubečo nego. Mnogo manj težav bo imel, če ga nežno vzamete v naročje in objamete.

Lestvica za ocenjevanje neonatalnega abstinenčnega sindroma

Znaki odtegnitve od drog		Točke		
Intenziven cvileč jok (< 5 minut)	2			
Stalen jok (> 5 minut)	3			
Spi < 1 uro po hranjenju.	3			
Spi < 2 uri po hranjenju.	2			
Spi < 3 ure po hranjenju.	1			
Hiperaktiven Morojev refleks	2			
Izrazito hiperaktiven Morojev refleks	3			
Blag tremor ob manipulaciji	1			
Zmeren/hud tremor ob manipulaciji	2			
Blag spontan tremor	3			
Zmeren/hud spontan tremor	4			
Hipertonus	2			
Eskoriacije	1			
Mioklonični zgbki	3			
Generalizirane konvulzije	5			
Močno sesanje	1			
Neješčnost	2			
Polivanje	2			
Bruhanje v loku	3			
Driska	2			
Vodeno blato	3			
Potenje	1			
Telesna temperatura (37,3–38,3° C)	1			
Telesna temperatura (nad 38,4° C)	2			
Pogosto zehanje (> 3- do 4-krat v ½ h)	1			
Marmorirana koža	1			
Zamašen nos	1			
Kihanje (> 3- do 4-krat v ½ h)	2			
Dihanje z nosnimi krili	1			
Frekvenca dihanja > 60/min	1			
Frekvenca dihanja > 60/min z ugrezanjem	2			
Seštevek točk				

(Po L. Finnegan, 1975)



Committee on Drug. *Neonatal Drug Withdrawal.* *Pediatric* 1998; 101; 1079 - 88.

D' Apolito K. *Substance Abuse Infant and Childhood Outcomes.* *Journal of pediatric nursing* 1998; 13 (5): 307-16.

Janson L M, Velez M, Harrow C. *The Opioid Exposed Newborn: Assesement and Pharmacologic Management.* *J Opioid Manag.* 2009; Jan - Feb; 5 (1): 47 - 55.

Velez M. Jansson LM. *The opioid dependent mother and newborn dyad: non-pharmacologic care.* *J Addict Med.* 2008 Sept. 1; 2 (3): 113 - 20.



PROLOCO MEDICO

Življenje v gibanju.

**Trgovina z medicinskimi
in ortopedskimi pripomočki**

Hrvatski trg 1, 1000 Ljubljana
tel.: (01) 439 83 00

**www.proloco-medico.si
trgovina@proloco-medico.si**