

מניעת נזק מקור אצל תינוקות

בהקשר לחוזר מס' 88/83 של משרד הבריאות – שירותי אשפוז תינוקות והנחיות שהוכנו על ידי המחלקה לבריאות האם והילד בנושא, מחלקתנו מעבירה לידיעת ההורים, בעת שחרור הילודים – המלצות למניעת נזק מקור אצל תינוקות.

שמירה על חום הגוף אצל תינוק בחודשי החורף

גם בארצנו, הנחשבת כחמה, חודשי החורף הקרים, ובמיוחד הלילות, תינוק בשל, תינוק במשקל לידה נמוך ותינוק צעיר אינם מסוגלים לשמור בעצמם על חום גופם. על כן, יש לשמור על חום גופם ולמנוע פגיעות מקור, המסוכנות בגילים אלו. יש לשים דגש במיוחד על כך בתינוק אשר נולד עם משקל לידה נמוך.

המלצות לשמירת חום גוף התינוק

הטמפרטורה המומלצת בחדרו של התינוק – 22 מעלות צלסיוס ביום ובמיוחד בשעות הלילה. טוב להיעזר לשם כך במד חום-קור.

יש לדאוג ללחות בחדרו של התינוק ולשם כך, אפשר לתלות סדין רטוב בחדר או להעמיד בפינה קערה עם מים. חשוב לדאוג לחימום החדר בעת רחיצתו.

כיצד לחמם את החדר

חימום החדר אפשרי בכל אמצעי החימום המוכרים, אך עדיף תנור חשמלי במיוחד בשעות הלילה. יש לנקוט באמצעי זהירות ולהרחיק את התנור מרהיטים, וילונות ועוד. אין לתלות תנור חשמלי על קיר מעל מיטת התינוק. במידה והחדר מחומם ע"י נפט או גז, יש לדאוג להזרמת אויר מתמדת בחדר (דלת פתוחה או חריץ פתוח בחלון). פעם ביום יש להעביר את התינוק לחדר מחומם אחר ולאורר את חדרו של התינוק.

מיקום מיטת התינוק בחדר

מומלץ לשים את מיטת התינוק על ידי קיר פנימי. מפני שהתינוק עלול לאבד חום גוף לעבר שטח קר, אין למקם את המיטה על ידי חלון, דלת או קיר חיצוני.

לבוש התינוק

חשוב להלביש את התינוק בבגדים חמים וקלים המכסים אותו היטב כולל כפות רגליו ולאפשר לו תנועות חופשיות (בגד עליון עם מכנסיים המכסים את כפות הרגליים וגרבי צמר). ניתן לכסות אותו בשמיכה, אך אין לעטוף אותו באופן הדוק – דבר אשר יגביל את תנועותיו. בעת שחרור התינוק מביה"ח ובכל יציאה מהבית יש להלביש לו כובע.

סימנים מוקדמים של פגיעת קור

אם התינוק אדיש, מגיב באיטיות, בכיו חלש, מסרב לאכול – יש למדוד את חום גופו במד חום בפי הטבעת. גם אם מראהו של התינוק אדום והוא "נראה כבריא", יש למדוד חום בפי הטבעת ואין להסתפק במגע על עור התינוק בלבד. אם חום גופו של התינוק מתחת ל-36 מעלות צלסיוס, יש להתייעץ מיד עם רופא ובינתיים יש לחמם היטב את חדרו ולכסותו בכיסוי חם.

