

Forstå det for tidlig fødte barnet

- foreldreveileder -



Ålesund sjukehus
Barne- og ungdomsavdelingen
Neonatal intensiv seksjon
Telefon: 70 16 76 00

Forord

Denne foreldreveilederen har vi utarbeidet som et hjelpemiddel for foreldre som opplever å få et for tidlig født barn.

Gjennom den tiden vi har jobbet med for tidlig fødte, og særlig etter at vi var ferdig utdannet som NIDCAP observatører i 2011, har vi sett behovet for en utfyllende foreldreveileder.

Det å bli kjent med og forstå det for tidlig fødte barnets språk kan være en spennende og utfordrende prosess. Vi håper at vi med denne veilederen kan gjøre denne prosessen lettere og hjelpe dere til å knytte tidlige bånd til barnet deres.

Vi ønsker å takke alle foreldre som har gitt oss tillatelse til å bruke bilder av barna sine. Dette har gjort det mulig for oss å utarbeide en beskrivende foreldreveileder som vi håper dere har nytte av.

Ålesund, september 2013

Revidert, mai 2016

Jannicke Bergseth og Reidun Øye

Innholdsfortegnelse:

Innledning.....	Side 4
Barnets signaler, barnet kan vise at det har det bra.....	Side 7
barnet kan vise at det er anstrengt.....	Side 11
Selvregulering – barnets evne til å oppnå balanse.....	Side 15
Miljøet - hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet.....	Side 16
Stell - hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet.....	Side 17
Bading - hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet.....	Side 18
Måltid - hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet.....	Side 19
Leieendring - hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet.....	Side 21
Inn og ut av kuvøse - hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet.....	Side 21
Veiing - hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet.....	Side 22
Familien.....	Side 23
Kenguru.....	Side 24
Bæresjal.....	Side 24
Familierom.....	Side 25
Hjemme.....	Side 25
Egne notater.....	Side 26

Innledning

Omsorgen rundt for tidlig fødte baserer seg på NIDCAP metoden, som er utviklet av psykologen Heidelise Als. NIDCAP (Newborn Individualized Developmental Care and Assessment Program) kan på norsk oversettes til familiesentrert utviklingstilpasset neonatalomsorg.

Alle nyfødte, både for tidlig fødte og fullbårne, kommuniserer med omgivelsene gjennom sin individuelle atferd, de kan formidle både velbefinnende og stress. For tidlig fødte barn har sin egen spesielle måte å kommunisere på og uttrykke hvordan de har det. Signalene er svakere og mer diffuse jo tidligere barnet er født.

Det for tidlig fødte barnet kommer fra et trygt og beskyttet miljø inne i magen. Barnet lå godt sammenkrøpet, med en konstant og god støtte rundt hele kroppen. Om barnet strakte på armer eller bein møtte det en elastisk, trygg motstand som hjalp barnet med å trekke armer og bein inntil kroppen igjen. Lydene opplevdes dempede og det var stort sett kjente lyder som mors hjerteslag, stemme og lignende. Lyset var svakt og temperaturen konstant. Barnet regulerte for det meste rytmen for søvn og våkenhet selv.



Etter at barnet er født opplever det flere stimuli som det hadde vært skjermet mot i magen. Både lys- og lydnivået er sterkere, miljøet er ukjent og de utsettes for flere tiltak som kan oppleves smertefulle og ubehagelige. Som for eksempel daglige nødvendigheter som bleieskift, stell og måltid samt andre ubehagelige prosedyrer. For å støtte barnet best mulig er det lurt å ha i tankene hvordan barnet skulle hatt det inne i magen og forsøke å tilpasse omgivelsene for optimal utvikling hos barnet. Vi prøver å tilpasse miljøet på en best mulig måte for det enkelte barn ved å dempe lyd og lys, unngå sterke lukter og tilstrebe et rolig aktivitetsnivå rundt barnet. Det er også viktig med et støttende reir rundt barnet og tilpasse og avpasse stimuli etter barnets toleranse.

Barnet kommuniserer på flere måter for å uttrykke hvordan det har det. Vi kan se hvordan barnet har det ved å se på blant annet barnets pust, hudfarge, bevegelser, kroppssleie, hvordan barnet veksler mellom søvn og våkenhet og barnets evne til oppmerksomhet og samspill med omgivelsene. Alle disse uttrykksformene påvirkes av hverandre og av miljøet, både positivt og negativt. For eksempel dersom barnet ligger godt med god støtte i et rom med dempet lyd og lys, kan dette fremme god pust og en stabil hudfarge.

I NIDCAP står familien i fokus og dere som foreldre er de viktigste omsorgspersonene for barnet deres. Det er dere som er mest med barnet og beundrer den lille, dermed blir dere raskt kjent med barnets



kroppsspråk og lærer etter hvert å tolke hva de ulike signalene betyr hos deres barn.

”Tiden du bruker på å se og studere barnet ditt er verdifull og nyttig”

NIDCAP er:

- ✓ Et omsorgsprogram for å legge til rette omsorgen og omgivelsene på en best mulig måte ut i fra det individuelle barnets modenhet og sensitivitet
- ✓ En måte å hjelpe oss til å forstå det for tidlig fødte barnets språk og tilrettelegge for individuell pleie ut i fra dette
- ✓ En metode som ser på familien som de viktigste for barnet og støtter dere til tidlig deltagelse i omsorgen for barnet
- ✓ Et hjelpemiddel for å bedømme modenheten til det enkelte barn

NIDCAP innebærer observasjoner av det enkelte barn, samtaler og individuelle anbefalinger for pleie, omsorg og miljø.

Gjennom denne veilederen ønsker vi å gi dere foreldre et hjelpemiddel for lettere å forstå det for tidlig fødte barnet deres slik at dere kan lære å kjenne barnet og møte barnets behov.

Barnets signaler

Barnet har mange tegn/uttryksmåter (signaler) som viser om det har det bra eller om det er anstrengt, slitent eller utilpass. Det er viktig å se signalene i en større sammenheng og samarbeide med barnet ut fra de signalene det viser. Husk at dette ikke er en fasit, alle er individuelle.

Barnet kan vise at det har det bra:

Gjennom en jevn og **rolig pust**

Når det holder en jevn og frisk **hudfarge** over en periode



Når det ligger avslappet i et lett **sammenkrøpet leie** med armer og bein bøyd inntil kroppen, lignende den stillingen barnet ville hatt inne i mors mage.



Ved å føre **hånden til munnen** og på den måten roe eller trøste seg selv.

	Når det finner noe å støtte beina mot som kan hjelpe barnet til å bøye beina inn til kroppen og gjerne holde beina i denne stillingen.
	Når det støtter føttene eller hendene mot hverandre.
	Ved å gripe etter og holde om en finger, sin egen hånd, en flik av et teppe eller lignende.



Når det **søker etter noe å suge på** ved på strekke ut tungen og leppene i en søkende bevegelse.



Når det **suger** på en smokk, fingre, brystet eller lignende.



Når det **hever øyebrynene** med et avslappet uttrykk og klare øyne viser at det har et "åpent" ansikt og er klar for samspill.



Når barnet **sover lett** kan det bevege seg noe i kropp og ansikt, suge forsiktig, lage lette grimaser og puste noe ujevnt.



Når **barnet sover dypt** puster det jevnt og er rolig og avslappet i kropp og ansikt. Dyp søvn forekommer lite hos de mest for tidlig fødte barna.

Det for tidlig fødte barnet har korte stunder der det sover. Søvn er nyttig for at barnet skal vokse og utvikle seg. Unngå derfor å forstyrre barnet unødige når det sover.



Når det klarer å være **rolig våken**. Barnet er da rolig i kroppen med åpne øyne uten nødvendigvis å fokusere på noe eller noen.

Barnet kan vise at det er anstrengt:

Gjennom måten barnet uttrykker seg på kan det vise at det er stresset, slitent eller utilpass. Det kan da ha behov for ekstra støtte eller en pause.

Når barnet **puster ujevnt**, overfladisk og med pauser. Noen ganger kan dette føre til fall i hjerterytme og oksygenmetning. Når barnet ellers har det bra kan det klare å unngå fall i hjerterytme og oksygenmetning etter en kort pustepause. Man kan da se at barnet strekker kroppen bakover, gjerne løfter en arm, og trekker pusten dypere. Ujevn pust er vanlig for det for tidlig fødte barnet. Etter hvert som barnet modnes og blir friskere vil det gradvis få evne til å puste jevnere og mer robust.



Når **hudfargen endrer seg** med marmorering, blekhet, mørkere områder i huden



Når det har små eller store **rykkete bevegelser** i armer og bein. Det kan være alt fra lette skjelvinger til at de slår ut med armene.

Dersom det lager **pressende lyder, klynker, gulper** eller **brekker seg**. Når barnet er anstrengt kan det også vise seg i **dårlig fordøyelse** og **økende aspirat**. Også ved at barnet **gjesper** og **nyser** gjentagende ganger, **hikker, sukker** og **gisper** etter luft.



Når barnet er **slapp** i armer, bein eller i ansiktet slik at det ikke klarer å holde munnen lukket.



Dersom barnet **stekker ut armer og bein** og blir liggende utstrakt.

Når det er **urolig** i kroppen, vrir på seg, strekker seg bakover i en bue og har vanskelig for å komme til ro.



Når det legger en **hånd over eller foran ansiktet**. Dette kan være for å beskytte seg mot skarpt lys, stenge ute forstyrrende lyder eller når barnet vil ha ro.



Når det **strekker ut hendene** eller **sprike** med fingre eller tær.



Når det **knytter hånden** hardt eller **løfter beina opp fra underlaget**.



Når det **vender blikket bort** fra omsorgspersonen.

Ved å **rynke øyenbryn**, ha **spent ansiktsuttrykk** eller **stirrende blick**



Når barnet blir urolig og viser dette med **klaging, grimasering og anstrengt ansiktsuttrykk**. Det er tydelig at barnet er **våkent**, øynene kan være åpne eller lukkede. Det kan også ha vansker med å komme til ro og sovne.

Fortidlig fødte barn har ofte raske vekslinger mellom søvn og våkenhet og ofte befinner de seg i en døsighetstilstand der de verken får utbytte av søvnen eller klare å være våken nok for samspill med omgivelsene. Jo tidligere barna er født jo hyppigere er svingningene mellom søvn, døsighet og våkenhet. Døsighetsstadiet er ofte det dominerende hos de minste.

Selvregulering

- Barnets evne til å oppnå balanse-

Fra fødselen av er barn utstyrt med en evne til selvregulering for å håndtere omverdenen og skape balanse i tilværelsen sin. Et fullbårent friskt barn kan stenge ute forstyrrende lyder og stimuli samtidig som det for eksempel ammes.

Det for tidlig fødte barnet er ennå ikke modent nok til å stenge ute forstyrrende stimuli fra miljøet rundt seg. For å hjelpe seg selv å oppnå balanse, komme til ro og sovne eller oppnå rolig våkenhet, kan det for eksempel legge en hånd over ansiktet for å skjerme seg, støtte føttene, holde om noe eller suge på noe.

Jo mer for tidlig født og umodent barnet er, jo mer hjelp trenger det av omsorgsgiverne og miljøet rundt seg for å oppnå balanse; altså å komme til ro og sovne eller oppnå rolig våkenhet.

For mye hjelp, som å reire barnet for stramt eller gi støtte til barnet før det rekker å vise at det forsøker selv, kan hindre barnet i å delta aktivt i sin egen modning og utvikling. Derimot om barnet får for lite støtte vil det bruke unødig energi på å prøve å komme i balanse. Litt utfordring støtter opp under barnets utvikling. Hvor mye støtte barnet trenger, kan avhenge av dagsform og miljøet barnet befinner seg i.

For å hjelpe barnet best mulig må omsorgsgiver samarbeide med barnet og støtte barnets egne forsøk på å komme i balanse. Dette kan gjøres ved for eksempel å la barnet holde om en finger eller holde om og støtte barnet ved stell.

Ved å forsøke å skille ut barnets tegn på at det har det bra (balanse) og tegn på at det er anstrengt (ubalanse) kan miljøet rundt barnet, pleien og samspill tilpasses det individuelle barnet. På denne måten støttes det fortidlig fødte barnets utvikling.

Miljøet- hvordan kan vi hjelpe og støtte barnet

Vi tilstreber et miljø som er mest mulig likt slik barnet hadde det inne i magen. Forholdene/miljøet på intensivavdelingen vil aldri bli slik, men vi kan legge tilrette miljøet på en best mulig måte for barnet. Det for tidlig fødte barnet har ennå ikke utviklet evne til å håndtere mange stimuli på en gang og man bør begrense disse. Som for eksempel:

- ✓ **Lyset** bør dempes og en bør unngå direkte lys i barnets ansikt. Det for tidlig fødte barnet har tynne øyelokk og ikke fullt utviklet evne til å regulere pupillene i forhold til lys. Etter hvert tåler barnet mer lys, lysstyrken er passelig når barnet klarer å ha åpne øyner uten å grimasere
- ✓ **Lyder** bør holdes på et lavt nivå. For eksempel ved å snakke med lave stemmer, lukke kuvøseluker forsiktig og unngå unødig støy. På grunn av umodenhet er det vanskelig for barnet å stenge ute forstyrrende lyder. Høye lyder kan gi reaksjoner hos barnet også en tid i etterkant
- ✓ Holde en **rolig atmosfære** rundt barnet. Barnet trenger ro for å få tilstrekkelig hvile og for å ha optimale forhold under stell og måltid
- ✓ Unngå **sterke lukter** som parfyme, etterbarberingsvann, sprit og røyk
- ✓ **Temperaturen** rundt barnet bør holdes jevn
- ✓ Når man **berører** barnet er det fint å holde rolig og støttende om barnets kropp. Strykende bevegelser kan oppleves ubehagelig og forstyrrende for det for tidlig fødte barnet
- ✓ Barnet bør ha et godt støttende **reir** som omslutter hele kroppen, tenk på at barnet har noe plass foran ansiktet slik at det kan strekke på hendene og har mulighet til å ta de opp til ansiktet. Reiret bør være støttende og passelig stramt slik at barnet har mulighet til å strekke litt på seg

Stell- hvordan kan vi hjelpe/støtte barnet

Før du begynner å stelle er det viktig å tenke på at miljøet i rommet er rolig og tilpasset barnet. Du kan gjøre forskjellige forberedelser på forhånd som å lukke døren inn til rommet for å unngå unødig støy inn til barnet, snakke med dempet stemme og bruk rolige bevegelser. Tilpass lyset i rommet slik at du ser barnet ditt mens du steller, men unngå direkte lys i øynene til barnet. Bruk gjerne et lite teppe/tøy til å skjerme barnets øyne, unngå å dekke øynene helt slik barnet har mulighet til å se om det åpner øynene.

Det kan være lurt å ha det utstyret du planlegger å bruke under stellet klart på forhånd slik at du slipper å forlate barnet underveis.

Om barnet stelles på stellebordet bør du på forhånd gjøre klart et reir tilpasset barnet ditt, slik at det føler seg trygt og finner støtte der. Skru også gjerne opp temperaturen på varmelampen for å unngå at barnet blir kaldt underveis i stellet. Det er godt for barnet å ha noe over deler av kroppen, bruk for eksempel et lite teppe eller lignende.

Bruk gjerne noen minutter på å se om barnet viser tegn til å våkne før du begynner å stelle. Start med å holde hendene dine rolig om barnet og snakke med rolig stemme. På denne måten forbereder du barnet på at noe skal skje.

Det er godt og trygt for barnet å ligge i sideleie når det stelles. Dette hjelper barnet å holde armene inn til overkroppen og hendene opp mot ansiktet. I sideleie kommer man godt til ved bleieskift. Løft forsiktig under hoften når du skifter bleien og unngå å løfte beina opp mot barnets mage da dette kan gjøre det vanskelig for barnet å puste.



Etter hvert som barnet modnes og kan tåle å bli stelt på stellebordet er det fint om barnet ligger langt nede slik at det kan støtte beina sine mot magen din under stellet. Du kan også bruke en hånd som barnet kan støtte føttene mot om de søker støtte ved å strekke ut beina. Slik kan de lettere dra beina til seg igjen og gjenopprette et sammenkrøpet leie.

Underveis i stellet kan det hjelpe barnet å ha en støttende hånd rundt seg for lettere å holde/føre armene og føttene inn til kroppen. Tilby barnet gjerne en finger å holde om, dette kan hjelpe barnet å falle til ro og være rolig. Barnet føler seg ofte tryggere og mer komfortabel når det har et lite teppe over seg når det stelles.

Barnet har behov for pauser underveis i stellet. Hos for tidlig fødte er reaksjonsevnen forsinket og det er viktig å bruke god tid og ta pauser for at barna skal henge med. Vær oppmerksom på hvordan barnet har det og hva det formidler. Legg merke til barnets signaler, om det er anstrengt eller har det bra.

Bading- hvordan kan vi hjelpe/støtte barnet

Tenk på å plassere badebaljen under varmelampen på stellebordet og/eller ha en behagelig temperatur i rommet.

Det kan føles trygt for barnet å være inntullet i en tøybleie når det løftes ned i vannet og at det er rikelig med vann slik at kroppen dekkes.

I starten anbefaler vi å være to ved bading. Da kan den ene holde og støtte barnet mens den andre vasker. Tenk på å holde barnet inntil

kantene av baljen slik at barnet finner støtte når det strekker ut armer og bein.



Måltid- hvordan kan vi hjelpe/støtte barnet

Når barnet skal få mat er det viktig å tenke på at forholdene er lagt til rette rundt barnet med en rolig atmosfære uten forstyrrende lyd og lys slik at barnet kan holde fokus.

Det er viktig at barnet ligger godt, med god støtte, slik at det ikke trenger å bruke energien sin på å holde seg sammenkrøpet. Da kan barnet bruke energien sin på å spise og fordøye maten. Vær oppmerksom på barnets behov for pauser underveis i måltidet.

Selv om barnet kanskje ennå er så lite at det ikke klarer å spise hele måltidet er det viktig å gjøre måltidet til en positiv opplevelse med nærhet og kos.

Når barnet får melk i **sonden** er det viktig å være tilstede hos barnet hele tiden for å kunne støtte barnet eller ta pauser om det behøves. Ved aspirering fra sonde kan det være lurt å holde en støttende hånd om barnet siden dette ofte kan oppleves ubehagelig.



Vi anbefaler å la melken renne sakte i magesekken (uten bruk av stempel), da kan barnet selv være med på å regulere tempoet melken renner i, samt presse opp luft underveis.

Om barnet viser interesse er det fint å tilby noen dråper melk i munnen under måltidet. Det kan også være godt for barnet å få suge på en narresmokk med litt melk på. Barnet forbinder da det å kjenne smaken av melk i munnen med å få mat i magen. Sammen med suging er dette også positivt for fordøyelsen.

Amming er en trinnvis prosess for det fortidlig fødte barnet. Hvor lang tid denne prosessen tar avhenger av det enkelte barns modenhet og utfordringer.



Vi anbefaler at barnet ligger sammenkrøpet med magen mot mors mage. Barnet bør ha god støtte rundt seg og også noe å støtte føttene mot. Dette oppnås ved at barnet er godt innsvøpt i tøybleie eller stort nok teppe. Barnet trenger ofte å være innsvøpt en god stund etter termin, til det selv klarer å holde armer og bein inntil kroppen. Da kan barnet bruke energien sin på ammingen (suge, svelge og puste) og ikke på å holde kroppen sin samlet.



Ved **flaskemating** er også et godt leie viktig. Barnet bør ligge lett oppreist, slik dere har mulighet for øyekontakt, gjerne inntullet i et teppe.

Leieendring- hvordan kan vi hjelpe/støtte barnet

Hos de minste barna anbefaler vi å være to når barnet skal snues. Den ene har fokus på å støtte og holde om barnet mens den andre snur. Snu barnet sakte og forsiktig, gjerne i flere etapper slik at barnet får en pause og muligheter for hente seg inn underveis. Legg gjerne et lite sammenrullet teppet inntil barnets overkropp slik at det kan holde rundt dette mens det blir snudd.

De større barna kan også trenge noe støtte ved snuing ved at du for eksempel tuller de inn i et teppe, bruker god tid og holder om dem.

Inn og ut av kuvøse

- hvordan kan vi hjelpe/støtte barnet

Når du skal holde barnet ute på fanget (hud mot hud) gjør deg klar på forhånd og ordne en komfortabel hvileplass. Når du og barnet er klar for det kan det være godt for barnet at du selv løfter barnet ut av kuvøsen og legger det inntil brystet ditt. Dette kan oppleves mindre

anstrengende for barnet i forhold til at en annen person løfter ut barnet. Løft gjerne barnet i et teppe eller legg et teppe over barnet når du holder det inntil kroppen din.

En annen person kan hjelpe å holde ledninger og annet utstyr slik at du kan

fokusere på å støtte barnet best mulig. Sett deg rolig i sengen eller stolen og hjelp barnet til å ligge godt. Når barnet legges tilbake i kuvøsen gjøres dette helst av den som holder barnet. Hold om barnet en stund etter at du har lagt det tilbake i kuvøsen, slik at barnet kan komme til ro.



Veiing- hvordan kan vi hjelpe/støtte barnet

Klargjør vekten etter barnets individuelle behov for støtte når det skal veies. Du kan bruke en dyne som barnet kan ligge på eller lage et lite reir av håndklær. Tilpass belysningen der vekten står, slik at barnet unngår å få direkte lys i øynene.

Om barnet skal nettoveies er det lurt å veie en bleie og et teppe på forhånd, som barnet kan ha på seg. Dette for at barnet skal slippe å ligge nakent på vekten.

Ved veiing før og etter amming anbefaler vi å svøpe barnet inn i et teppe eller en tøybleie. Det beste er om barnet ligger på siden slik at det lettere kan beholde armer og bein inntil kroppen.



Denne tilretteleggingen hjelper barnet til å bruke minst mulig energi på selve veiingen og ha mer igjen til for eksempel måltid og samspill.

Familien

Å få et for tidlig født barn som må være på sykehus over en lengre periode berører hele familien.

Dere som foreldre er de viktigste omsorgspersonene for barnet deres. Det forventes at dere etter hvert tar stor del i omsorgen for barnet deres når dere er på avdelingen. Dere blir raskt de som kjenner barnet best og dermed kan gi barnet den beste omsorgen og pleien, tilpasset akkurat deres barns behov. Personalet ved avdelingen har selvsagt ansvaret for det medisinske og tekniske utstyret rundt barnet og vil alltid være tilstede for å hjelpe og støtte dere som foreldre.

Under oppholdet kan det for mange være godt å ta noen korte turer hjem og en tur utenfor sykehuset. Avtal dette med pleieren som har ansvar for barnet deres.

For de som har flere barn er det viktig å tenke på hvordan dette berører hverdagen til disse. Hver enkelt familie må finne sin måte å legge til rette hverdagen på en best mulig måte både for barna hjemme og barnet på sykehuset. For de som har besteforeldre som er tilgjengelige kan disse være gode ressurser på begge steder.



Kenguru

For de fleste for tidlig fødte barn er det positivt å ligge hud mot hud på foreldrenes bryst. Dere holder barnet varmt ved hjelp av kroppsvarmen, pusten deres stimulerer barnets pust, stemmen og hjerteslagene er kjente og beroligende lyder for barnet. Dette er en fin anledning for foreldre og barn til å bli godt kjent med hverandre og kan være med på å knytte dere nærmere sammen.



Vi ser at barna ofte er mer stabile og koser seg ute på brystet. Når barnet søker etter støtte er dere foreldre der og kan gi barnet den støtten det trenger, på denne måten bruker barnet mindre energi på å holde kroppen sin samlet og holde seg rolig. Hud mot hud kontakt er bra for barnets vekst, søvn, amming, melkeproduksjon, immunforsvar og kontakten mellom foreldre og barn.

Bæresjal

Å bære barnet i et bæresjal er en fin måte å tilbringe tid sammen på når barnet er stabilt nok til dette. Du har da barnet tett inntil deg og kan bevege deg rundt om i avdelingen. Barnet ligger beskyttet og godt sammenkrøpet med god støtte rundt hele kroppen. For mange barn er de vuggende bevegelsene velkjente og beroligende.



Familierom

Den siste delen av oppholdet kan det være aktuelt for dere å bo på et av familierommene sammen med barnet. Her får dere være sammen med barnet deres hele døgnet og ta ansvar for den daglige omsorgen, nesten som hjemme. Dette kan være en fin overgang fra sykehuset til hjemmet. Pleiepersonalet er tilgjengelige hele tiden for å støtte og veilede dere ut fra deres behov. Det er fortsatt viktig å tenke på barnets behov for et individuelt tilpasset miljø ut i fra hva barnet viser at det trenger. Dette kan være ved å bruke reir på stelletbordet og i sengen, tilpasse belysningen, redusere støy (f.eks fra TV) og tenke på å begrense aktiviteten i rommet.



Hjemme

Hjemreisen kan ofte oppleves spennende. Å dra hjem fra de trygge omgivelsene på sykehuset kan være en stor overgang både for barnet og foreldrene. Barnets alder ved hjemreise er individuelt etter hvor tidlig det er født og hvilke utfordringer det har hatt underveis. Modenheten og evnen til å forholde seg til omgivelsene vil derfor være individuelle. Barnet utvikler seg hele tiden og vil etter hvert tolerere mer stimuli. Gjennom kroppsspråket viser barnet hva det fortsatt trenger av tilrettelegging rundt seg. Også hjemme kan man gjøre tilpassninger i miljøet for at barnet skal ha det best mulig.

Egne notater

Egne notater



*Når et barn
blir **født** hentes
en **stjerne** fra
himmelen og gir
lys i mange
hjerter*