



KALLID VANEMAD!

KALLIS EMA!

Teie laps on sündinud, kuid nüüd olete sattunud koos temaga meie vastsündinute ja imikute osakonda.

Siia hospitaliseeritakse lapsed, kes tervise tõttu sünnitusmajast esimesel elunädalal koju ei saa ja vajavad haiglaravi, -hooldust või lisauuringuid. Samuti viibivad meil ravil erinevate probleemide ja mittenakkuslike haigustega kodust hospitaliseeritud vastsündinud ja imikud, s.o alla aasta vanused lapsed.

Teil on õigus viibida meie juures ööpäev läbi. See on selleks, et lapse kõrval oleks tema jaoks kõige lähedasem ja kallim inimene – ema.

Teie lähedus on lapse jaoks tähtis. Laps peab tundma Teie käte puudutust ja lõhna, kuulma Teie häält, südamelööke ja hingamist. On ta ju Teiega harjunud kõik need nädalad, mille veetsite ühena.

Vaid emalt saab laps oma parima toidu – rinnapiima.

KALLIS ISA!

Vastsündinute ja imikute ravi võtmesõna on **perekesksus**.

Haiglas viibival vastsündinul ja imikul ei ole õigus ainult ema, vaid ka isa juuresolekule.

Isad on oodatud lapse hoolduses ja ravis osalema osakonna uste lahtioleku ajal kell 9–20.

Kui ema haiglakulud tasub Eesti Haigekassa, siis isade ööpäevase viibimise eest haiglas tasub haigekassa vaid juhul, kui emal ei ole võimalik haiglas olla või kui peresse on sündinud mitmikud.

Kui soovite oma lapse ja naise juures viibida ööpäev läbi, saate vabade palatite olemasolul kasutada tasuta perepalatit III korrusel.

Informatsiooni tasuta perepalati kohta saate palatiõelt või haigla registraatorilt.





OSAKONNA PLAAN

Vastsündinute ja imikute osakonnas (haigla B-korpuses ehk väikeses majas) asuvad **intensiivravipalatiid, ema ja lapse palatiid, päevastatsionaar** (kus lapsed on uuringutel ja ravil vaid päeval) ning **ambulaatorne konsultatiivne vastuvõtt** osakonnas ravil viibinud lastele (nn Riskivastsündinute keskus) ja perearstidelt/eriarstidelt konsultatsioonile suunatud lastele.

II KORRUS

Intensiivravipalatiid ning emade ruumid.

Siin viibivad lapsed, kelle tervises seisund vajab õe jälgimist ning kelle emad veel laste eest iseseisva hoolitsemise, toitmise ja jälgimisega harjunud ei ole.

Emade ruumid asuvad lastepalatiite kõrval, et võimaldada neil sünnituse järel välja puhata.

Kuid ema on oodatud lapse juurde alati, ka siis, kui laps magab.



Kõige paremini tunneb laps, eriti enneaegne laps, ennast ema/isa põues – nagu kanguru-poeg, kes kasvab alguses samuti ema kõhukotis. **Kängurumeetod** on just sellest faktist lähtuv hooldusmudel.

Sügavalt enneaegsele on sagedane asendimuutus ebamugav: kui võtate lapse küvöösist/voodist oma põue, siis vähemalt tunniks või paariks.

Lapse stabiilse seisundi korral ei ole vaja ema/isa põues oleku aega piirata.

Intensiivravipalatis kaitseme beebisid ärritavate tegurite eest – hea on magada pimedas ja vaikuses, ja vastsündinu magab enamuse osa ööpäevast.

Nendes palatiites räägime vaikselt. Palume mitte kasutada mobiiltelefone.

See-eest on lapse lühikesed ärkveloleku ajad parimad temaga suhtlemiseks!



II korrusel on ka **rinnapiima väljapumpamise ruum**. **Peredele mõeldud vestlustoas** saate kohutada külastajatega ja valmistada kergemat einet.

Samas pakub **emadele mõeldud trenzhöör** suurepäraselt võimalust taastada jõuvarusid.

III KORRUS

Ema ja lapse palatiid (koosolemiseks ööpäev läbi).

Haiglatekkese infektsiooni vältimiseks (mis võib levida nii laste, vanemate kui külastajate vahel)

palume viibida lapsega peamiselt palatis.

Suuremate imikutega, kellel jääb palatis kitsaks, saate kasutada õhtuti tühjaks jäävat päevaraviruumi.

Ka siin palume jälgida, et laps oleks võimalikult vähe kontaktis teiste laste, hooldajate või külastajatega.

Suur ja väike söögituba emadele. Suur söögituba on mõeldud haiglatoidu söömiseks ja väike söögituba isikliku toidu hoidmiseks ning soojade jookide/kerge eine valmistamiseks.

Imetamisnõustaja/ämmaemanda kabinet, kogemus- ja kriisinõustajate ning hingehoidja kabinet, personaliruumid.

Väikese lifti eesuurmis asub trenzhöör emadele. Liikumine teeb rõõmsaks!

I KORRUS

Päevaraviruimid imikutele, vaktsinatsioonikabinet, silmaarsti ning kuulmisuuringute kabinet; arsti ja õe ambulatoorse vastuvõtu kabinet.

KODUKORD

HOOLDUSVAHENDID, PESU

Lapse hooldusvahendid saate palatiõelt või hool-dajalt. Lapse riided ja voodipesu toovad tööpäeviti palatisse osakonna perenaised, kellelt saate vajadusel uue voodipesu ka Teie.

Vanemad võivad osakonnas viibida isiklikes riides, kuid pesupesemisvõimalus puudub.

Osakonna hügieeninõuetest tingituna palume Teil hoida välisriided ja -jalatsid garderoobis (avatud tööpäeviti kell 8.00–20.00, puhkepäeviti kell 9.00–20.00).

TOITLUSTUS

Emade toitlustamine toimub III korruse söögitoas.
Hommikusöök kell 9–10
Lõunasöök kell 13–14
Õhtusöök kell 17.20–18



Et osakonnas viibivad imetavad emad, on menüü koostamisel arvestatud lisakaloraazhiga.

Diabeeti põdevad ja rinnapiimatoidul olevate laste emad saavad haiglasse saabumisel tellida palatiõelt eridieete (nt suhkruvaba, piimavalguvaba, gluteenivaba dieet). Et toitlustamine toimub iseteenindamise põhimõttel, **palume arvestada ka viimaste sööjatega.**

Erandjuhul (nt nakkusoht) toimub toitlustamine palatis. Palume emadel käia söömas kordamööda. Et last mitte üksi jätta, võite toidu võtta palatisse ja tagastada nõud kohe pärast söömist.

Söögitoa uks on avatud ööpäev läbi. Toidukordade vahelisel ajal võib ruumi kasutada vestluseks küllastajatega.

II korruse emad/isad saavad hoida toitu II korruse vestlustoa külmkapis.

Vestlustoas on mikrolaineahi toidu soojendamiseks ja kann veekeetmiseks.

III korruse emad/isad saavad hoida toitu väikese söögitoa külmkappides (jaotatud vastavalt palatitele). Samas on võimalus keeta teed, valmistada suupisteid.

Palume säilitada puhtust ruumis ja külmkapis ning mitte jätta külmkappi riknenud toiduaineid.

Kasutamise järel puhastage mikrolaineahi ja nõud.

Et kuumat vee kasutamisega kaasneb põletusrisk,

palume lapsi söögituppa mitte kaasa võtta!



KÜLASTAMINE

Küllastusaeg on tööpäeviti kell 16–20 ja puhkepäevadel kell 10–14 ja 16–20.

Küllastajatel palume osakonda siseneda B-korpuse sissepääsu kaudu ning jätta üleriided ja jalatsid garderoobi. Porisel aastaajal kasutage kas sisejalat-seid või puhastage jalatsid hoolikalt fuajee vaipadel/jalatsipuhastajal.

Osakonda/palatisse sisenemisel palume pesta käed!

NB! Vastsündinud ja imikud on organismi ebaküp-suse tõttu vastuvõtlikud nakkushaigustele.

Soov lapsi kaitsta seab küllastamisele piirangud: oodatud on vaid terved küllastajad ning soovitatavalt mitte üle ühe (maksimaalselt kahe) küllastaja; II korruse intensiivravipalatis ei peaks lapse juures viibima **enam kui kaks inimest korraga.**

Kohtumiseks palume kasutada II korruse vestlustuba.

NB! Eelkooliealised lapsed võivad küllastada vaid oma õdesid-vendi **kokkuleppel õe või raviarstiga.** Lapsküllastajal ei tohi olla kontakti tuulerõugeid põdenud haigega viimase 3 nädala jooksul (juhul, kui ta ise ei ole tuulerõugeid põdenud). Lasteaias käivat last on soovitatav hoida kodus kolmel küllastuseelsel päeval.

Viirushaiguste epideemia korral võivad last küllastada vaid tema ema ja isa (kui nad ei viibi haiglasse kogu ööpäev).

Kallis ema!

Palun teavitage oma lähedasi, et nakkushaigustega haiglasse tulek seab ohtu nii Teid kui last.

Lastehaiglas on keelatud suitsetamine ja viibimine narko- või alkoholijoobes.

ABIKS EMADELE

Emade toetamiseks ja nõustamiseks töötavad osakonnas lisaks arstidele ja õdedele mitmed spetsialistid.



Ämmaemand/imetamisnõustajad (kabinet III korrusel)

pakuvad abi erinevate sünnitusjärgsete terviseprobleemide korral (nt piimapais, rinnapõletik, keisrilõikehaav jm) ning imetamise toetamisel. Rinnaga toitmise nõustamist on võimalik jätkata juba lapsega kodus olles, selleks tuleb teil oma soovist teada anda.

Parim toit vastsündinule on rinnapiim, millega saate aidata nii oma beebit kui osakonna personali tema eest hoolitsemisel. Informatsiooni rinnapiima väljapumpamise, säilitamise ja rinnaga toitmise kohta saate samuti ämmaemand-imetamisnõustajatelt.

Sisearst (kabinet II korrusel) aitab ema terviseprobleemide korral.

Haigla hingehoidja ning kogemus- ja kriisinõustajad (kabinet III korrusel) pakuvad abi nii emale kui vajadusel teistele pereliikmetele.

Sotsiaaltöötaja (kabinet II korrusel) jagab teavet sotsiaalvaldkonna küsimustes (sotsiaaltoetus, puude vormistamine jm).

Oma soovist andke teada palatiöele või lapse raviarstile: ärge kartke abi küsida!

Hoidke ennast, sest laps vajab tervet positiivsete emotsioonidega ema!

HAIGLAST VÄLJA KIRJUTAMINE

Väljakirjutamine osakonnast toimub kell 10–13. Sel päeval saate ainult hommikusööki, koju lubatud laste emadele ei ole lõunasööki tellitud.

Lapse esmaseks arstiks pärast haiglaravi on perearst, seetõttu on meil vaja teada **lapse perearsti andmeid**.

Meditsiinilistel näidustustel kindlustame meie osakonnas ravitud lastele järelkontrolli kuni nende 2-aastaseks saamiseni nn **Riskivastsündinute keskuses**. Lapse individuaalse jälgimisplaani saate raviarstilt haiglast välja kirjutamisel.

Järelkontrolli teostavad lastearst, füsioterapeut,

lasteneuroloog, logopeed ja lapsepsühholoog.

Voodipäevatasu (maksimaalselt 10 päeva eest ühe haiglaravi jooksul) saate tasuda I korrusel asuvas registratuuris (sularahas, tööpäeviti kell 8–16) või traumapunktis (pangakaardiga ja sularahas, nii töökui puhkepäeviti). Arve saate palatiöelt.

ÜLDIST

Lähim apteek asub Põhja-Eesti Regionaalhaiglas. Vanematele on tööpäeviti avatud kaks kohvikut: polikliinikukorpuse 0-korruse Su-Summu (9–16); haigla peakorpuse kohvik (9–17, sissepääs 0-korruse kaudu).

Ootame Teilt aktiivselt osalust lapse hoolduses ja ravis ning ettepanekuid/arvamusi osakonna kodukorra kohta II korruse vestlustoa kõrval asuvasse avalduste ja ettepanekute kasti.

