

Kisgyermekgondozó, nevelő képzés Gondozási- gyakorlati ismeretek

Mit lehet és kell megfigyelnie a gondozónőnek a csecsemőn és a kisgyermeken.

- Arckifejezés – A kedélyállapotát tükrözi a különböző helyzetekben,
- Testtartás Fáradtságára lehet következtetni pl: görnyedten ül, játék közben
- Sírásának jellegéből is következtethetünk arról, hogy pillanatnyi gondot jelez.
- Alvás – Mennyit, és milyen testhelyzetben alszik. Alvása mély vagy felületes, hogyan alszik el, ébred.
- Étvágya - Képet ad arról, hogy milyen egyéni sajátosságai vannak, milyen az egészségi és a lelkiállapota.
- Széklet – Tudnunk kell, hogy milyen a széklet állandó jellege, hogy felismerhessük a változásokat, a kórossá válást megelőzhetjük
- Vizelet – színének, szagának, mennyiségének, gyakoriságának megváltozására fel kell figyelni, betegséget jelez.
- Hőmérséklet – A magasabb és az alacsonyabb testhőmérsékletre egyaránt figyelni kell, épp így a hőérzetére is.
- Súly – Rendszeres ellenőrzéssel
- Hosszúság - Rendszeres ellenőrzéssel
- Testarányok - Rendszeres ellenőrzéssel
- Bőr – épségét, színét, tapintását, rugalmasságát.
- A bőr alatti zsírpárna – megfelelően fejlett-e a zsírpárnája
- Csontozat – fel kell tudni ismerni - finom, vastag, vagy durva csontozatú-e Szimmetrikus-e a csontozat, vannak-e szokatlan jelenségek a csonton.
- Az izomtónus – Gondozás közben ernyed-e, görcsösen merev-e, vagy jó a tartása
- Légzés, szívverés – A rendellenességekre az orvos figyelmét fel kell híni, illetve utasítására figyelni.
- Kedélyállapot, viselkedés érdeklődés – az arckifejezés és a viselkedés jól mutatja a csecsemő kedélyállapotát Minél rosszabb a kedélyállapota annál kevésbé érdeklődik a külvilág iránt.
- Mozgás – Nem fejlődés fokát, hanem a már elsajátított mozgásformák milyenségét, figyeljük. Azokat a mozgásformákat amellyek egész napját kitöltik.
- Játékfejlődés – Mit, mennyit és milyen elmélyülten játszik.
- Magatartás gondozás közben – Hogyan viselkedik, mennyire elégedett. Az újabb evési technikák fejlődését, önállósodását figyeljük. Mennyire játékos gondozás közben.
- A hangadás, beszédfejlődés – Figyel- és hogyan reagál a gondozónő beszédére, a nevére. Milyen kéréseket, felszólításokat ért, teljesít. A beszédfejlődésének megfelelően milyen a beszélő kedve. Milyen napszakban, helyzetben aktívabb. Hogyan fejlődik beszéde, bővül szókincse.
- Sírás – jellege, gyakorisága, hogyan hagyja abba. Mennyire kitartó, mi váltja ki. A csecsemő tulajdonságaira, állapotára utalnak a sírás különböző jellegei.
- A felnőttöz való viszonya – Hogyan viszonyul az anyához, a gondozónőhöz, más ismert felnőttökhöz, idegenekhez.
- A csecsemő viszonya társaihoz – Elfogadja-e a társak jelenlétét, örül-e, megismeri-e társait. Van-e kiválasztott társ, kezdeményez-e játékot.

•Egyéni megnyilvánulások – Jelzi –e kívánságát, kifejezi-e nem tetszését és hogyan. Megvédi-e játékát. Vannak - e egyéni szokásai, ragaszkodik-e ezekhez.

A gondozónó „keze”

- Minden karra vétel a biztonságot, és örömet nyújtja
- Nyitott tenyérrel, a törzsét alátámasztva –újszülött és fiatal csecsemő fejét is alá kell támasztani kb. 3 hó. - tartjuk
- Minden felvétel előtt megszólítjuk, jelezzük számára, hogy mi fog történni vele.
- Ülő, álló gyereket a vállizület közelében törzsénél fogva emelünk
- Ülő tudó gyermek hátát megtámasztva tartunk

A csecsemő és kisgyermekgondozás területi feladatai

A Fürdetés

•

•Mire kell figyelni a fürdetésnél?

- Az egész test fürösztését akkor lehet megkezdeni, amikor a köldökcsomó leesése után a nedvedzés megszűnt. Addig a fürösztést részlegesen, megfelelő óvatossággal történjék
- A fürdetés lehetőleg mindig ugyanabban az időben történjen
- Fürdetés előtt minden szükséges dolog előkészítése (ruházat, ápolószerek, törülköző, pelenka)
- A helyiség hőmérséklete - kb. 22 -24 C fok – a csecsemő hőszabályozásának fejlődésével fokozatosan közelíthet a fürdető és az alvóhely hőmérséklete,
- A víz hőmérséklete : Ideális fürdetési vízhőmérséklet: 36-37 C fok pár fokkal lehet melegebb, az előkészületek, tisztogatás

Hosszúság mérése, értékelése Fejkörfogat mérése és értékelés

•

•Hosszúság mérése, értékelése

A háton fekvő gyermek mellé kell fektetni a centimétert, és a lábát óvatosan kinyújtani. Jelöljük meg a takarón a fejtető pontját, és ehhez képest mérjük le a baba hosszát.

•fejkörfogat mérése és értékelése

- Kezdetben a legfontosabb a fejkörfogat-mérés, később, egy éves kor után a fej már nem nő olyan gyorsan.
- A fejkörfogat mérése:szabócentiméterrel a szemöldök felett, a halánték felett a tarkó felső részén, majd a másik oldalon egészen körbe a fül fölött, egészen a kiindulási pontig vezetve a mérőszalagot lemérjük a legnagyobb fejkörfogatot. Általában a kezdeti fejkörfogat 34-35 cm, és kéthetente 1-1 cm növekedést lehet mérni. Helyes mérés mellett ennél gyorsabb ütemű növekedés esetén a gyermeket (szak) orvosnak kell megmutatni.
25-ös és 75-ös érték között követhető a fejkörfogat növekedése jól megfelel a hazai átlag fejméreteknél. A 10-es és 90-es értékek között is átlagos a növekedés.
- Amennyiben a görbe elhagyja ezen határértékeket, kisfejűségről vagy nagyfejűségről beszélhetünk, amelynek vizsgálata és értékelése már a gyermek-szakorvos feladata.
A koraszülöttek fejkörfogata kezdetben gyorsabban növekedik, mintegy behozva a méhen belül elmaradt időszakot. Amikor eléri a megfelelő csecsemőkort már hasonló a növekedési üteme a többi csecsemőhöz,

Súly mérése és értékelése

Minden újszülöttnél a kiindulási súly a kezdeti érték, ami a születési súly. Mindig ugyan azon a mérlegen, lehetőleg ruha, pelenka nélkül megmérni a baba súlyát

- A születési súly az első héten mindig visszaesik, amit az első hetekben a gyerek gyorsan visszahízik.
- A gyermek súlyát célszerű digitális vagy analóg, ún. tálcás vagy hálós babamérleggel megmérni. Mindig ugyanazon időben. Elég hetente egyszer lemérni a csecsemőt.
- Természetesen fogyás, hányás vagy betegség esetén jobban oda kell figyelni a bevitt és ürített folyadék, széklet mennyiségére, és ilyenkor érdemes gyakrabban mérni a csecsemő súlyát. A csecsemők átlagosan hetente 10-15-20-30 dekát is hízhatnak.

Percentil értékek

➤A népesség nagy számban rendelkezésre álló adataiból számítjuk ki az úgynevezett átlagmagasságot, - súlyt és -fejkörfogatot. Az átlagtól való eltérés – nem jelentős- még nem jelent kóros értéket.

➤A csecsemő hossz és súly arányainak értékelése

Ha a vizsgált gyermek méretének és életkorának koordináta-metszéspontja a 25 és 75-ös érték közé esik, akkor jól megfelel a magyar átlagnak

➤ Ha a 10 és a 90-es percentil közé esik, akkor a csecsemő hossza, magassága megfelelő, erre a területre esik a hazai népesség 80%

➤Ha a testmagassághoz (mért testhosszúsághoz) viszonyított súly (testtömeg) a 10-es és 3-as érték közé esik, a csecsemő sovány, a 3-as érték alatt alultáplált.

➤Jelentősen a 3-as érték alatt mindenképpen forduljunk orvoshoz.

➤A 90 és 97-es percentil érték között a gyermek nagyobb, illetve jelentősen nagyobb, mint a magyar átlagnépesség. E két érték között a csecsemő túltáplált, a 97-es érték fölött jelentősen túltáplált, amikor szintén érdemes a csecsemőt szakorvosnak megmutatni.

A csecsemő és kisgyermekgondozás területei feladatai - A Fürdetés

Előkészületek a fürdetéshez:

- Tiszta ruha, pelenka (kombidressz, rugdalózdó)
- Popsi törülő kendő
- Flotír fürdőlepedő, mely lehet kapucnis is
- Fürdőlepedő nagyságú tetra pelenkából készült törülköző
- Babaolaj
- Napraforgó olaj
- Hintőpor
- Popsi krém
- Fürdető
- Köldökellátáshoz: 70%-os alkohol és Hexaclorofines hintőpor
- Steril vatta , Ledobó tálka , Baba hajkefe
- Körömvágó olló

•Babahintőpor

- A babaápolás egyik eleme. A hintőpor talkumból (cinkoxid) és adalékokból áll. A hintőpor egyenletesen fedi a bőrt, megkíméli az összefekvő részeket a dörzsölődéstől, hűsítő hatása is van, mert a bőr nedvességét felszívja és nagy felületen párologtatja el. A nedvessé váló hintőpor összezsomósodhat a bőrön, ekkor ingerli a bőrt. Ezért a legtöbb csecsemő esetében főleg a hintőpor használata. Az is használata ellen szól, hogy a doboz kinyitásakor felszálló kis hintőporfelhő rendszeres beszívása súlyos bajokat, akár halált is okozhat; ezért a hintőport gyermekek előtt gondosan el kell zárni.

•Babakrém

- Csecsemő- és kisgyermekápolás céljából készített speciális krém, mely a bőr kellő zsírtartalmáról és puhaságáról gondoskodik, megvédi a bőrt a pelenka által fedett területen a vizelet és a széklet maró hatásától. Van sok bevált gyári készítmény, de orvos is írhat fel gyógyszerárban készülő krémet. A korszerű babakrémekek megfelelő víztartalmúak, lanolint, glicerint, gyulladáscsökkentőket, vitaminokat, gombaellenes anyagokat, illatanyagokat tartalmazhatnak. A babakrém könnyen és simán kenhető el a bőrön, jól megtapad rajta, egyenletes védőréteget képez, a pelenkán és a ruházaton nem hagy foltot, kimosható.

•Babaszappan

- A csecsemő és a kisgyermek bőrének ápolására alkalmas a szappan zsírsav és alkálifém (lúg) sója. Ha szabad lúgot tartalmaz, gyakori használata izgatja a bőrt és annyira kiszáritja, hogy megrepedezhet. Kíméletesebb az ún. semleges szappan (amelyben kémiai egyenértékben van a lúg és a zsírsav), még jobb az ún. zsíros szappan
- Gyógyanyagokkal történő fürdetéskor (pl. korpafürdő) nem szabad szappant egyidejűleg használni, ugyanez áll a fertőtlenítőszerre is, az utóbbiak hatását a szappan megszüntetheti. Különösen érzékeny bőrű vagy szappannal szemben túlérzékeny gyermeket alkálimentes anyagokkal lehet fürösztetni, ezeknek használatára nézve kérjük ki orvos tanácsát.

A fürösztés, tisztántartás tárgyi feltételei

Helyiség:

- Szellőzés, fűthetősége, világítása egyen megfelelő.
- Fala- nedvességálló burkolatú legyen
- Padlózata csúszásgátlóval legyen ellátva
- A fürdőszoba és a gyermekszoba között áttekintés biztosított legyen
- A vízvételi hely keverődobbal legyen ellátott.

• Fürösztő kádak

- Alakja, mérete tegye lehetővé a kényelmes, biztonság érzést adó fürdetést, fürdést.
- Legyen stabil
- Jól tisztán tartható, jó minőségű anyagól készüljön
- Lehet beépített, illetve mobil.
- Zuhanyzó – Beépített, magasított peremmel, csúszásgátlóval, kapaszkodóval kell ellátni.

Pólyázóasztal

- Általában a felső vízhatlan lapjának 3 oldalán kerettel ellátott fiókos, polcos bútor.
- Megfelelő magasság
- Elhelyezésénél ügyelni kell arra, hogy jó hozzáférhető, biztonságos legyen.
- A tiszta textíliák, pelenkák részére kialakított hely könnyen elérhető legyen.
- A szennyes pelenkák számára a badellákat célszerű mellé helyezni.

Fürösztés a köldökcsont leesésétől a felállásig

•Tisztogatás sorrendje:

- Fej: orr - szem - fültisztítás, nyak, kar, lábcombig, köldök, alhas, lágyékhajlat, nemi szerv, végbélnyílás.
- A sorrend fontos, mert a gyermek számára a megismerést segíti.
- 1. rögzíti a segítő kéz a csecsemő egyes testrészeit.
- A tisztogatáshoz használt vattát, minden egyes tisztító simításnál tisztára cseréljük.
- A szappanozás sorrendje megegyezik a tisztogatás sorrendjével.** A pólyázón történő szappanozás a gyermek fejlődésének egy rövid időszakában történik.
- A tisztogatás kb. a csecsemő 8 hónapos koráig szükséges.

A fürösztés menete a felvételtől a vízbetevésig.

- A babát úgy fogjuk meg, amikor a kádba tesszük, hogy bal kezünkkel megfogjuk a bal karját, hátával a kar felé bal alkarunkra fektetjük, jobb kezünkkel pedig mindkét bokáját alulról úgy fogjuk meg, hogy mutatóujjunk a két láb közé kerülve, hüvelykünk a jobb lábát fogja körül, a többi ujjak a balt,(ábra). Óvatosan eresztjük le a fürdővízbe, különben megijed. A vízben elengedjük a lábakat, szabaddá vált jobb kezünkkel többször leöntögetjük testét, karjait, fejének hátsó részét, arcát.
- A hát lemosásához csecsemőt másként kell megfogni : a mellkas bal alkarunkon nyugszik, bal kezünkkel a jobb hónalja alatt fogjuk át a csecsemőt, hüvelykujjunk a jobb vállát rögzíti, (ábra). A szappan lemosása után a csecsemőt a fürdőlepedőbe burkoljuk, gondosan leitatjuk róla a vizet, lehetőleg ne dörgöljük.
- Ügyelni kell arra, hogy az összefekvő területeken se maradjon víz.
- Ha a csecsemőt már egészen megszáritottuk, a hajlatokat enyhén behintőporozzuk, a fölösleget vattával eltávolítjuk - ha egyáltalán használunk hintőport.
- Szükség szerint krémezünk.
- Az odakészített inget és réklit ráadjuk. Könnyebben adhatjuk fel, ha az ing ujját előbb harmonikaszerűen felszedjük, az ökölbe szorított kezét (hüvelykujja legyen öklében) egyszerre dugjuk át.
- A gyermek fejlődésének megfelelően változik a fürdetés módja**, melynek a gyermek aktivitására, örömteli együttműködésére kell épülnie. Lásd:fürödni jó filmet.
- A kézmosás önálló elsajátításához** a megfelelő idő, és gondozónői segítség szükséges.
- Fontos, hogy soha ne hátulról előrenyúlva a fejük fölött segítsünk.
- A szappan, a törölköző és a fésű elérhető magasságban legyen, és jól le illetve fel vissza lehessen helyezni.
- A fürdőszoba egyik fontos kelléke az egész testet mutató jó minőségű, stabilan felszerelt **tükör**.

A szobatisztasághoz használt eszközök és kezelésük

➤**Bili-** kiválasztáskor figyelembe kell venni a gyerek ülepének nagyságát, fontos, hogy biztonságosan, kényelmesen üljön rajta

Anyaga- többnyire műanyag

Tisztántartása: A bilit minden használat után azonnal ki kell üríteni, és ki kell mosni.

A biliket naponta célszerű fertőtleníteni. 20 literes zárható kizárólag-e célra használt tárolóedényben. A fertőtlenítő oldat fajtája az Állategészségügyi Szolgálat, illetve az ÁNTSZ által előírt fertőtlenítőszerrel az előírásoknak megfelelően történhet. A biliket a fürdőszobában a gyermekek számára is elérhetően tároljuk.

➤**Gyerekméretű WC-** használatánál, ha szükséges biztosítani kell a kényelmes ülést, a le és felülés szabadságát- fellépő dobogóval.

➤**Nagyméretű WC-re** helyezett gyermekülőke. Általában az otthoni felnőtt WC- használatát teszik lehetővé a gyermekek számára, megfelelő méretű ülőke felszerelésével.

Élelmezés

•A bölcsődei étkeztetésre a 9/1985. (X.23.) EüM - BkM. Számú "Az étkezéssel kapcsolatos közegészségügyi szabályokról" szóló együttes rendelet vonatkozik.

A korszerű táplálkozási elvek és konyhatechnikai eljárásoknak figyelembe vételével, valamint a korosztály élelmezési-, nyersanyagnormáinak figyelembe vételével kell mindennek történnie.

A tápszer és a csecsemő egyéb ételei elkészítéséhez külön tejkonyhát kell biztosítani. A csecsemők edényeit és evőeszközeit a többiektől külön kell tárolni és mosogatni. A tápszer tárolása száraz, szellős helyen történjen. A különböző tápszerek eltérő felhasználási útmutatóira fokozatosan kell ügyelni.

•Az étrend tervezésekor figyelembe kell venni, hogy a kisdud bölcsődei élelmezésben- minimum 3-szori étkezés estén - az ajánlott napi energia- és tápanyagtartalom 65%-át kell biztosítani. Az étrendek változatosság, idényszerűség, ízében való összehangoltság, önálló étkezésre nevelés szempontjából is megfelelőnek kell lennie.

A korszerű csecsemő és kisgyermektáplálás elveinek és gyakorlatának változásait a bölcsőde vezetőjének figyelemmel kell kísérnie és fel kell használnia a bölcsődei étkeztetésben.

Táplálékallergia miatt (tehéntejfehérje-túlérzékenység: tojásfehérje allergia: lisztérzékenység) diétára szorulókat ellátását a bölcsőde csak akkor vállalhatja, ha az étrendre vonatkozó előírásokat be tudja tartani.

Az életkor és érettség szerinti etetési módok

•Az újszülött, és csecsemőkorban teáskanalat, a későbbiekben, a kanálhasználat ügyesedésének, a száj nagyságának megfelelően gyermekkanalat használunk.

•Az etetőpadban asztalnál ülő gyermek etetése, étellel kínálása gyermekkel szembe ülve, arcát, jelzéseit figyelve történik.

•Egyszerre egy gyermeket kínálunk, etetünk a kétkanalas módszerrel ismerkedés, időszakában.

- A pohárból itatásnál a pohár mérete a kiscsecsemők itatásánál kisméretű nem szilánkosan törő, poharat használunk.
- A kisdéd, majd kisgyermekkorúaknak nagyobb méretű poharat adunk, melyet két, majd egy kézzel is biztosan feltudnak emelni, meg tudnak tartani és visszahelyezni az alpra.
- A már önálló evéssel sikeresen próbálkozó, segítséget igénylő gyerekeknél 2 gyereket kínálhatunk, segíthetünk egyszerre.
- A gondozási sorrendnek megfelelően, a már önálló gyerekeknél 3-4 gyermek számára terítünk, illetve segíthetnek a terítésben.

A megfelelő tárgyi környezet

Minden ágy-kiságyat, vagy bölcsődei fektetőt, matracal kell ellátni, hogy a gyermek alulról ne fázzon.

A **matrac** mérete feleljen meg a kiságy méretének, mert a kisebb méretű balesetek forrása lehet. A matracok tisztaságának védelmét szolgálja a huzat, melynek méretre szabottnak kell lennie. Az alapon felgyűrődő textil nyomja a gyermeket, mozgásában gátolja, zavarja.

- Az első életévben nincs szükség párnára.
 - Ügyelni kell arra, hogy a feje ne legyen lejjebb, mint a törzse.
 - Takaró**- könnyű, puha és a test formáját jól követő, simulékony anyagból készüljön.
 - A nyári és téli takaró hőszigetelése, anyaga eltér.
 - Rácsvédő párna- védi a gyermeket a rácsról, a megfelelő sűrűségű rácsoknál a beütéstől.
 - Hempergő takaró**- könnyen tisztántartható, általában vászonból készül.
 - Lehetőleg pasztel színt válasszunk, amin a játékok jól felismerhetők, nem olvadnak be a környezetbe.
 - Széleit pántokkal, tépőzáras megoldással rögzítsük, hogy sima felületet kapjunk.
- A **bölcsődei bútorok** ma már a gyermekek életkori sajátosságainak megfelelő kivitelben kaphatók.
 - Az **etetőpad** oldalt nyitott, a gyermek önállóan beülhet, illetve kiléphet belőle.
 - Az **asztalok** sarkai lekerekítettek magasságuk állítható
 - a **székek** 2 magasságban használhatók, a gyermekek számára esztétikus és jól használható bútorok.

A gondozónők által használt székek mérete és típusa különböző funkciójuk szerint.

Az **ölben etetésnél karosszék** a megfelelő, mely a gyermek és a felnőtt számára is a kényelmes etetési módot biztosítja.

Gyermekbalesetek

- A **balesetek** kétharmada a gyermek otthonában történik
- Bölcsődében a gondozónő feladata, hogy rendszeresen ellenőrizze a játékok állapotát, balesetmentességükről meggyőződjön.(motorok kereke ép, a kormányja jól mozgatható, a

beépített kerti játékok épek, szálka, esetleg szög, vagy más kiálló rész nem található rajta. Kerti kisházak oldalfala, teteje ép, a mászóak fokai, épek, a figurális mászóak részei között nincsenek-e rések. Stb.) Csak olyan új játékot adjunk a gyerekeknek melynek (festékanyag)minősége megfelelő.

- A fürdőszoba és átvadó helyiség berendezését ellenőrzi, balesetveszélyesnek ítélt tárgyat, helyzetet vezetőjének jelez.
- A bölcsődei csoportszobák kialakításánál a korosztály összetételét figyelembe véve biztosítja a biztonságos játéklehetőséget.
- Gondozásnál az életkori sajátosságokat figyelembe véve látja el a gyerekeket, nyújtja a biztonságot, balesetmentességet.
- A csoportszobában és az udvaron egyaránt a gyerekek testi épségét szolgáló szabályokat állít, tart és tartat be. (takarítás, vizes padlózat, a gyerekek csoportban tartózkodása alatt nem lehet. Fürdőszobában a padlózat szárazra törlése, csúszásgátlók használata tb.)
- Elektromos eszközök PI: párologtató használatánál fokozott figyel, gyermek számára elérhetetlen módon helyezi el. A használaton kívüli konnektorokat védődugóval látja el.
- Lépcsőket védőrácscsal, korláttal kell ellátni, a lépcsőfokokat csúszásmentességgel kell ellátni.