



**Mgr. Nikola Kováčová
Wolaschková**

lekáreň PRI NEMOCNICI, Prešov

**Prácu v lekárni vystriedala
každodenná starostlivosť
o vlastné predčasniatka**

Rozhovor o predčasne narodených deťoch

Mladej lekárničke sa od základov zmenil život po predčasnom narodení dvojčiek. Chlapci sa narodili v 28. týždni a lekári im diagnostikovali poškodenie mozgu. Najprv mala Mgr. Nikola Kováčová Wolaschková pocit, že už nič nebude také, ako predtým, ale teraz sa teší z pokrokov, ktoré jej chlapci robia. Prinášame vám rozhovor, ktorý je zameraný na predčasne narodené deti, pretože chceme, aby sa o tejto téme začalo v spoločnosti viac hovoriť.



P Predčasne narodené deti sú jedna z tém, ktoré, keď sa človeka netýkajú, tak sa o ne príliš nezaujíma. Je to však dôležitá téma. Prečo by sa o nej malo viac začať rozprávať?

► Každé jedenaste dieťa sa narodí predčasne, čo ročne predstavuje asi 4 – 5 000 detí narodených pred 37. týždňom tehotenstva. Tendencia predčasných pôrodotov stúpa z viacerých dôvodov: zvyšujúci sa vek matiek, viacpočetné tehotenstvá (náspríklad), či tehotenstvá po umelých oplodneniach. Práve táto tendencia je dôvodom na zvýšenie povedomia o tejto téme. S narastajúcou mierou predčasných pôrodotov sa téme predčasnatiatok dáva čoraz väčší mediálny priestor, čo vnímam výraznejšie odkedy som sama matkou takýchto detí. Najmä v období novembra (mesiac predčasne narodených detí) sa laická verejnosť môže dozvedieť o živote a osudech našich malíčkov najviac.

P Vidíte priestor v tom, že by lekárnici mohli robiť osvetu v rámci takýchto témi? Je na to v lekárni priestor?

► Mysím si, že v každej oblasti je priestor na to, aby sme poradili pacientom, avšak téma je aj pre mnohých lekárnikov veľkou neznámu. Po pôrode sú deti v inkubátore a liečba sa nastavuje priamo na oddelení, domov detičky prichádzajú s odporúčaním, čo ďalej užívať, aké mlieko piť, ako užívať kortikoidné spreje atď. Po prepustení z nemocnice sa naskytuje lekárnikom možnosť vysvetliť mamičkám zvýšené požiadavky dieťatka na rôzne vitaminy a minerály, spôsob užívania kortikoidov, ako aj vyvrátenie prípadných obáv, či konzultácie rôznych zmien v stravovaní.

P Ako ste vy vnímali túto tému predtým?

► Vedela som, že sa to deje, ale bližšie som sa tejto téme nevenovala. Zaujímať som sa začala až od momentu, kedy mi lekár oznámi, že sa ma to pravdepodobne bude týkať.

P Aký je váš príbeh?

► Úplne prirodzené som otehotnela a hned na začiatku sme zistili, že čakáme dve detičky. Z toho sa môj gynekológ až tak nepoteší, keďže som už mala za sebou dve neúspešné tehotenstvá. Všetko išlo dobre až do 15. týždňa, kedy sa mi začal pomaly skrakovat krčok maternice. Vyriešilo sa to serklážou (zašítím krčka maternice) a v podstate od tohto momentu som už iba ležala – bola som na striedačku doma a aj v nemocnici. Samozrejme, lekári ma pripravovali na to, že sa to zrejmé stane, ale keďže s podobnými problémami sa dá vydržať až do posledných týždňov, tak som

verila, že aj ja budem ten prípad. Ani počas hospitalizácie sa môj zdravotný stav nemenil.

► Vydržali sme však len do 28. týždňa, kedy sa mi z ničoho nič ráno začali kontrakcie a pôrod sa už nedal zastaviť, keď som prišla do nemocnice. Potom to už bolo veľmi rýchle. Za ten čas, ako ma presunuli z prijímacej ambulancie na pôrodnú sálu, sa tam zbehli všetci odborníci a celý tím sa pripravil na to, aby naše deti prišli na svet v čo najväčšom bezpečí. Museli som podstúpiť akútny cisársky rez v celkovej anestéze a po vybratí chlapcov sa začal boj, ktorý bojujeme dodnes.

P Navštievovali ste už predtým špecializovanú nemocnicu?

► Už počas tehotenstva mi môj lekár odporúčil, aby som začala chodiť do nemocnice, kde majú perinatologické centrum. Mysím si, že je veľmi dôležité, aby ženy, u ktorých je akokoľvek riziko vedeli, kde najbližšie majú takéto zariadenie a kde sa o detičky vedia najlepšie postarať. V Košiciach je oddelenie neonatologickej intenzívnej medicíny v novej nemocnici. Naše deti boli hned po narodení preložené na toto oddelenie. Každý dostal svojho lekára a svoj tím, ktorý sa o nich staral od prvej sekundy až do takmer ich dvoch mesiacov. Je veľmi dôležité, aby predčasne narodeným deťom bola hned poskytnutá čo najlepšia zdravotná starostlivosť.



Je veľmi dôležité, aby predčasne narodeným deťom bola hned poskytnutá čo najlepšia zdravotná starostlivosť

P Chlapci sa vám narodili v júli 2020. Skôr o viac ako 11 týždňov. Koľko vážili?

► Prvé dvojča – Arturko vážil 1110 gramov a druhé dvojča – Hugo vážil 1220 gramov.

P Čo nasledovalo potom? Ako boli na tom chlapci po zdravotnej stránke?

► Ani jeden z nich nevedel pri narodení dýchať, takže ich museli predýchovať. Ešte na sále museli Arturka zaintubovať. Zažívajú to teraz aj covidoví pacienti. U týchto malíčkých detí je bežná prax, že dostanú plávnu ventiláciu. Hugo dostal iba dýchaciu masku, ale neskôr museli zaintubovať aj jeho. Samozrejme, podávajú sa aj lieky, aby deti vedeli samostatne dýchať čo najrýchlejšie.

► Ďalším problémom, ktorý takéto detičky môžu mať, sú problémy so žalúdkom/s trávením,

ale to, našťastie, v našom prípade nenastalo. Prijímať moje mlieko vedeli takmer hned.

► Najcitolivejším orgánom na nedostatok kyslíka je mozog, ktorý ostal u chlapcov poškodený. Konkrétné poškodenie, ktoré sa týka viac-menej predčasne narodených detí sa nazýva periventrikulárna leukomalácia a ide o poškodenie bielej hmoty v oblasti mozgových komôr, ktorá je zodpovedná za prenos signálov z mozgu do svalov. Tento fakt nám bol oznámený až po nejakej dobe, kedy už bolo jasne vidieť zmeny na usg mozgu. Dôsledkom tohto poškodenia dochádza u minimálne 70 % detí k oneskoreniu psychomotorického vývoja, čo sa neskôr cca v 3 roku života oficiálne diagnostikuje ako DMO – detská mozgová obrna.

P Celé toto začiatocné obdobie muselo byť nielen pre vás, ale aj pre celú rodinu veľmi psychicky náročné a asi ani teraz to nie je ľahké. Ako sa to dá zvládať?

► V prvom momente, keď sa dozviete takúto správu máte pocit, že sa vám zrútil svet a už nikdy nebude nič také, ako doteraz. Prvotný šok trval asi pol roka, kedy som sa s tým nevedela zmieriť, ale ono sa to začne lepšiť vtedy, keď vidíte, že sa deti niekam posúvajú. Je jasné, že kym sú malíčké, tak nevidíte nič, pretože všetky batolatá sa správajú viac-menej rovnako a problémy sa začnú odhalovať až po čase.

► Tým, že chlapci, súce pomaličky, ale idú dopredu, tak po takmer roku a pol môžem povedať, že som sa s tým vnútorne zmierila. Veľmi dôležité je, aby človek, ktorý má dieťa s nejakým problémom, neporovnával svoje dieťa s inými. S tým sa človek musí naučiť žiť a fungovať zo dňa na deň. Treba sa tešiť z malíčkostí a priať to tak, ako to je. Vy, ako rodič, musíte urobiť momentálne 100 % pre to, aby to neskôr bolo lepšie. Treba sa na to pozerat zo širšieho záberu, pretože to, čo dokážu ročné deti bez zdravotných problémov, naše deti môžu dokázať tiež, ale v neskoršom veku.

► Často netreba počúvať ani prognózy lekárov o tom, aké bude alebo nebude vaše dieťa, čo dokáže a čo nie. Lekári, samozrejme, vychádzajú z faktov, a preto vám nechcú dávať ani falosné nádeje. Mozog je však veľmi plastický a správnym cvičením a podnetmi sa v ňom

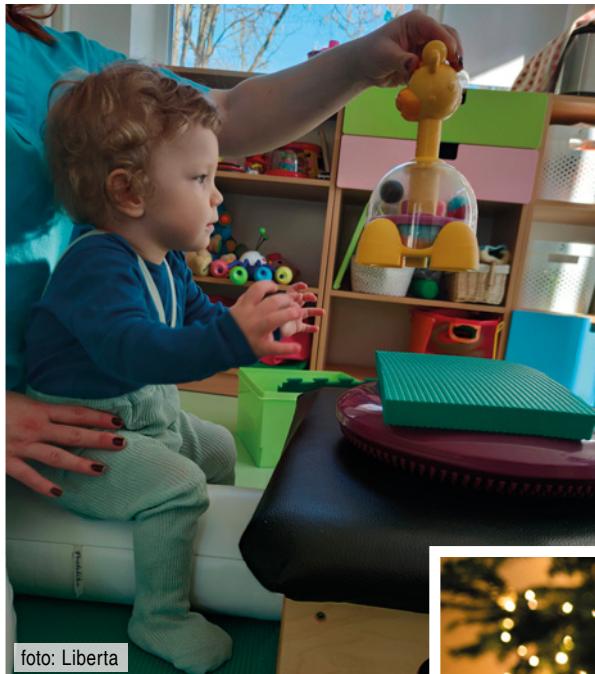


foto: Liberta



foto: Liberta



foto: Martina Vargová

“ Vy, ako rodič, musíte urobiť momentálne 100 % pre to, aby to neskôr bolo lepšie

na rad komunita ľudí, ktorá má rovnaké problémy. Poradia vám, čo urobili oni, kam íšli, čo im pomohlo. Myslím si, že to je veľmi dôležité, že takto si vedia ľudia pomáhať medzi sebou. Aj na sociálnej sieti je skupina, kde rodičia pridávajú pokroky svojich detí. To sú potom veci, ktoré aj vás ženú dopredu, pretože viete, že všetko je možné.

P Aký pokrok u chlapcov vnímate od ich narodenia a vďaka čomu?

► Veľké pokroky u nás sú, že Hugo rozpráva lepšie ako veľa jeho rovesníkov (včas narodených). Po motorickej stránke momentálne stagnuje pri plazení a čakáme na to, aby začal štvornožkovať. Dokáže už aj celkom pekne sedieť, ale zatiaľ stále musí byť nablízku. Veríme, že po rozštvrnožkovaní to už k chôdzii pojde o čosi rýchlejšie, keďže s našou pomocou stojí a chodí veľmi rád.

► Arturkove pokroky sú z pohľadu bežného rodiča veľmi malé. Celý prvý rok sme cvičili

Vojtovu metódu a mali sme pocit, že sa nič nezmenilo. Veci sa začali diať až po jeho prvom roku, keď sme zmenili cvičenia. Teraz už má pevnejší stred tela, dokáže oveľa krajsie prehľať, žúť a to sú dôležité veci, ktoré bežný rodič nerieši. Dokáže nám povedať mňam a tata. Momentálne sme už iba máličko od toho, aby sa samostatne pretočil a začal celkom pekne sedieť s oporou.

► Pokroky robia asi hlavne vďaka mojej každodennej práci a, samozrejme, vďaka všetkým centrám, ktoré sme doteraz navštívili.

P Ako ste to zvládali v partnerstve? Vyčítali ste si to navzájom?

► Toto je veľký problém u ľudí, ktorým príde do cesty takáto situácia, ale my sme sa, chvalabohu, nikdy nehádali. Môj manžel videl, že som urobila všetko pre to, aby sme predčasnému pôrodu predišli. Aj on robil všetko preto, aby mi na to vytvoril podmienky. Momentálne sa ja venujem deťom a on sa stará o finančie, aby

P Ked' sa človeku prihodí niečo takéto, určite si o tom veľa číta, vyhľadáva možno nejaké komunity, ale dozvie sa aj veci, ktoré ho iste vystrašia. Je podľa vás dobré „googlit“ a hľadať rodiny s podobnými osudmi?

► Na začiatku, keď sa niečo také stane chcete vedieť, že všetko bude dobré, hľadáte prípady detí, ktoré sa z toho dostali a máte tendenciu hľadať skôr to pozitívne, ale pri takejto diagnóze nenatraftíte až na toľko pozitívnych prípadov, takže pochopiteľne skĺznete aj k veľa negatívnym veciam.

► Najprv som nefungovala v žiadnych skupinách, snažila som sa od toho dištancovať a fungovať ďalej ako MY. Ked' však chodíte k neurológom a zistíte, že vás nikam neposúvajú, iba zhodnotia aktuálny stav, tak prichádza

sme si mohli dovoliť odborníkov a rehabilitácie, čiže máme to podelené. Verím, že nás to už nezlamí. Veľmi dôležité je, že si vždy nájdeme aj čas pre seba, kedy sme sami.

► Čo sa týka vzťahov v celej rodine, pomáhajú nám aj starí rodičia a hlavne nás nevyčlenili, ale prijali našich chlapcov takých, akí sú.

Čo by ste odkázali ľuďom s podobným osudem?

► Odkázala by som im, aby sa nevzdávali. A ešte sa riadim mottom jednej posilňovne: „Ked“ chceš vypnúť, zapni“. Na túto situáciu sa to hodí asi najlepšie. Niekedy, keď cítite, že už to nemôže byť horšie, tak práve potom prídu tie lepšie veci. Po zlom dni treba len jednoducho začať odznovať.

Potrebuje rodič v takejto situácii aj odbornú psychickú pomoc?

► Určite by sa na začiatku zišla, ale záleží určite aj od toho, akú podporu má rodič vo svojej rodine, v partnerovi. Ja by som na začiatku ocenila odbornú pomoc, lebo som veľa plakala a všetko si prvé dni vyčítala. Na začiatku, keď má žena nával emócií po pôrode, svoje dieťa nemôže vidieť minimálne 24 hodín, nemôže sa ho dotknúť X dní a ako rodičia navštěvujete svoje dieťa na 20 minút denne, pri ktorých si často vypočujete veľmi zlé správy, by bola na mieste odborná pomoc. Nám a ani iným matkám to nebolo poskytnuté. Kapacity v nemocnici (mimo covidu) by sa na to iste našli.

► Teraz, keď už fungujeme normálne, tak niekedy je lepší psychológ niekto, kto to celé zažil a vie vás lepšie pochopiť.

V súvislosti s tým, že sme spomínaли neonatologické oddelenia, mi napadla otázka ohľadom reformy nemocníc, ktorá sa aktuálne rozoberá. Je to podľa vás dobré, aby sa nemocnice špecializovali?

► Myslím si, že z pohľadu kvality zdravotnej starostlivosti je to pozitívny krok, aj keď neviem, ako to bude fungovať reálne. Už teraz máme

napríklad Národný ústav srdcových a cievnych chorôb, ktorý sa špecializuje a dokáže poskytnúť lepšiu starostlivosť pacientom s kardiovaskulárnymi ochoreniami, ako bežná nemocnica. Je to príklad toho, ako môže efektívne fungovať špecializovaná nemocnica. Ak sa to urobí dobre a budú v týchto nemocniciach pracovať odborníci, ktorí sú poskytnúť lepšie podmienky a adekvátnie ohodnotenie, vidím to ako veľké pozitívum pre pacientov.

Ako to, čo sa udialo, ovplyvnilo vašu prácu v lekárni?

► Momentálne do lekárne nechodím takmer vobec a myslím si, že kým chlapci nebudú môcť ísť do škôlky, tak nebudem opäť pracovať. Aktuálne sa naplno venujem im, ale keď boli ešte v nemocnici, tak som sa bola v lekárni odreagovať. Manžel však do lekárne chodieva pravidelne.

► Máme dobrý kolektív, ktorý zvláda svoju prácu aj bez nás. Ak máte ľudí, na ktorých sa viete spoľahnúť, tak je to veľká pomoc.

Vaša lekáreň sídli pri veľkej spádovej fakultnej nemocnici v Prešove. Cítite počas pandémie úbytok pacientov pre reprofilizované lôžka, alebo zmeny v požadovanom sortimente?

► Pocítili sme veľkú zmenu rovnako, ako aj iné lekárne pri zdravotníckych zariadeniach. Poklesli sme na pacientoch. Nemocnica fungovala v núdzovom režime, takže bežní pacienti ju takmer nenavštěvovali. Pacienti mali tendenciu dávať si lieky predpisovať elektronicky a lieky si vybrali v spádovej lekárni.

► Kto by bol pred dvoma rokmi povedal, že v lekárni sa stane najpredávanejším sortimentom respirátor.

Čo by ste chceli zapriáť lekárnikom do roku 2022?

► Prajem nám všetkým, aby sme rok 2022 zvládli hlavne v zdraví!

spracoval: Mgr. Ján Zošák

Prečo je dôležité, aby sa v spoločnosti viac hovorilo o predčasných pôrodoch a predčasne narodených detičkach?



Odpovedá:
MUDr. Vanda Chovanová
primárka Oddelenia neonatologickej intenzívnej medicíny Detskej fakultnej nemocnice Košice

► Približne 1 z 10 detí na svete sa rodí predčasne, t. j. pred ukončeným 37. týždňom tehotenstva. Príčinou sú v našich podmienkach zvyšujúci sa vek matiek a s tým súvisiace ochorenia pred a počas tehotenstva, možnosti asistovanej reprodukcie, viacplodové gravidity, ale aj nízka dostupnosť prenatálnej starostlivosti u sociálne znevýhodnených žien.

► Napriek zlepšeniu starostlivosti o predčasne narodených novorodencov, dostupnosti rôznych typov ventilačnej podpory, možnostiam farmakologickej liečby a celkovej starostlivosti o novorodencov, zostáva predčasný pôrod najčastejšou príčinou úmrtia detí do 5 rokov. Na druhej strane, vďaka stále zlepšujúcej sa starostlivosti, je prognóza mnohých predčasniatok výborná, deti žijú plnohodnotný život a ich rodiny sa tešia zo zdravých detí.

► Preto je nutné, aby sa o potrebách týchto detí v spoločnosti vedelo a hovorilo.

Vedeli ste že?

Svetový deň predčasne narodených detí si celý svet každočne pripomína 17. novembra. Bol založený európskymi rodičovskými organizáciami a rodičmi predčasne narodených detí, ktorí sa rozhodli informovať o problematike predčasných pôrodotov. Oficiálnou farbou predčasne narodených detí sa stala purpurová.

