

TROJČATA

Narození trojčat bylo dříve, když ne raritou, tak při nejmenším výjimkou. V současné době, díky pokročilé vědě a metodám asistované reprodukce, se trojčata rodí poměrně „často“. Proto si dnes zkusme shrnout něco málo o trojčatech tak, jak nám maminky z Klubu dvojčat sdělily své zkušenosti.

Začněme těhotenstvím. Při metodách asistované reprodukce se do matčiny dělohy zavádí více než jedno oplodněné vajíčko (v začátcích této metody to bylo i pět a více vajíček najednou, dnes se zavádí dvě až tři, a to proto, aby se zvýšila pravděpodobnost jejich uhnízdění). Díky tomu vznikají často vícečetná těhotenství. Pokud se jedná o dvojčata, většinou se s tím maminka, která dlouho po dítěti marně toužila, brzy smíří.

V případě trojčat je to pro budoucí rodiče jistě šok. Současná medicína v tomto případě mamince navrhne tzv. redukci, tedy upravení počtu živých plodů pouze na dva. To se provádí při ultrazvukovém vyšetření (zjednodušeně řečeno) zastavením srdíčka jednoho plodu přímým vpichem skrze maminčinu břišní stěnu, do srdíčka toho plodu, který je v tu chvíli nejbližší jehle. Vypadá to velmi drasticky, ale zákrok je pro maminku téměř bezbolestný. Redukce s sebou, samozřejmě, nese určitá rizika. Ale i vícečetné těhotenství je rizikové, zvláště, jedná-li se o trojčata. Budoucí rodiče by si měli velice vážně rozmyslet, zda na tři miminka stačí - budou-li mít podporu a pomoc od prarodičů, mají-li dostatečně velký byt a finanční zázemí. Rodiče je prostě musí opravdu chtít! Pokud by jen maličko váhali či pochybovali, zda-li trojčátka



Klub dvojčat a vícečat



zvládnou, tak si musí uvědomit, že realita bude daleko daleko horší, než jakákoliv jejich očekávání. Podle slov jedné maminky trojčat: “Kdyby člověk pochyboval, tak to nezvládne!”

Rozhodne-li se maminka ponechat si trojčata (nátlak k souhlasu s „redukcí“ bývá někdy velmi silný), měla by se smířit s tím, že větší část těhotenství pravděpodobně stráví hospitalizací v porodnici. Trojčata se zpravidla vždy rodí císařským řezem - minimalizuje se tak riziko pro maminku i novorozeňátka. Nyní je možné podstoupit i takovýto porod při vědomí, v epidurální anestezii, ale vždy záleží na možnostech dané porodnice a lékařské indikaci. Opět ze zkušeností - maminky si tento druh porodu pochvalují. Výhodou pro ně je, že vidí miminka ihned po narození, mohou je hned přiložit k prsu, aby se podpořil sací reflex, odpadají problémy spojené s narkózou, a i operační rána se lépe hojí.

Možná to zní neuvěřitelně, ale i trojčata se dají úspěšně kojit (ze zkušeností maminek z Klubu dvojčat a vícečat víme, že je možné kojit minimálně jedno z trojčat téměř rok!). Vždy záleží na tom, jak které miminko saje. Některá novorozeňata prs odmítají. U trojčat to není takový problém, protože k úspěšnému udržení kojení stačí, když je kojeno alespoň jedno z nich. Praxe ukázala, že nejlépe je kojit trojčata „na střídačku“ - vždy dvě jsou kojená a jedno „čeká“. Aby čekající miminko neplakalo, může si ho maminka položit tak, aby na něho pohodlně dosáhla a nechá mu cucat svůj prst (v nejhorším případě lze řešit dudlíkem). Možný je i model - dvě miminka současně kojená, třetí pije z lahvičky (buď odšťávané mléko, pokud ho maminka má dost, nebo mléko umělé). Při dalším kojení děti vystřídáme (tedy „čekající“ či „lahvičkové“ dítě jde k prsu a ostatní se o pozici posunou). Pokud jedno z trojčat odmítá pití z prsu, je možné nechat právě toto dítě pouze na lahvičce, ale stojí za to snažit se i pro něho (alespoň část denní dávky) odšťákat.

Aby ale rodiče trojčat nezůstali na vše úplně sami, mohou požádat svůj městský (popř. obecní) úřad o pomoc. Města již, bohužel, zrušila

možnost nákupu levnějších plen. Podle nového zákona o sociálních službách je obec povinna poskytnout rodině s trojčaty pečovatelku. Tu mohou rodiče využít na pomoc při procházce, při návštěvě lékaře, krmení, apod. Je to bezesporu výhoda, ovšem i velký zásah do soukromí... Mamince dělá někdy problém, požádat ošetřovatelku o pomoc, využít ji třeba na pohlídání dětí, když je unavená a potřebovala by si lehnout (nejhorší jsou samozřejmě noci, kdy musí maminka sama k dětem vstávat). U nás nejsme na pomocnice v domácnosti zvyklí, proto chvíli trvá, než se maminka trojčat naučí tuto pomoc využívat tak, aby jí to vyhovovalo. Není dobré si z pomocnice udělat přítelkyni, protože potom se o pomoc při některých věcech obtížně říká. Maminka si musí uvědomit, že ošetřovatelka je u ní doma „v zaměstnání“ (placená je městským úřadem), proto by ji neměla „šetřit“. Opět z rozhovorů s maminkami trojčat víme, že některým činilo velké problémy sžít se s ošetřovatelkou (zejména pokud se během roku několikrát měnila) a některým třeba bylo trapné požádat, aby pomocnice hlídala děti, když si chtěla jít nakoupit, lehnout nebo jen vypít kávu... Vždy záleží na dohodě mezi maminkou a ošetřovatelkou na rozsahu práce, kterou maminka požaduje.

Rodičům trojčat doporučujeme obrátit se na sociální odbor v místě svého bydliště a dohodnout se s nimi na možnostech, které jim úřad může poskytnout. Podle nového zákona o sociálních službách (108/2006 Sb., §75 odst.2 a)) se „...pečovatelská služba poskytuje bez úhrady rodinám, ve kterých se narodily současně 3 nebo více dětí, a to do 4 let věku těchto dětí,“

Každé město má ale jiné možnosti. Sociální pracovníce si neumějí představit, jaké to je mít trojčata (pokud samy neměly alespoň dvojčata), proto jim vysvětlíte situaci, ve které jste se ocitli a sami můžete navrhnout způsob, jakým by Vám mohli pomoci (lze zažádat o výměnu či přidělení bytu, sociální podpory, apod.). Je také možnost obrátit se na sponzory, ale to vyžaduje spoustu času a úsilí, které se většinou rodičům trojčat nedostává. Výhodu v tomto případě mají trojčátka narozená na vesnicích a malých městech, kde jsou stále ještě není tolik a obec si je „hýčká“.



Klub dvojčat a vícečat



A na závěr pár slov o výběru kočárku pro trojčátka. Rodiče musí zvážit, zda budou chodit na procházky ve dvou (s tatínkem, babičkou, ošetřovatelkou...) nebo bude-li maminka chodit sama. Podle toho lze volit mezi kočárkem pro trojčátka (české či cizí výroby) nebo zvolit kočárek pro dvojčata a jeden „mono“kočár. Z českých firem, které vyrábějí kočárky pro trojčátka na zakázku můžeme jmenovat firmu Novotný z Velkého Borku u Mělníka, zahraniční kočárky pro trojčata vyrábí např. firma Inglesina.

To bylo jen malé shrnutí toho, co v začátcích čeká rodiče trojčat. A na závěr budu opět citovat maminku dvouletých trojčat : „Nikdy nebudete připraveni na to, co vás čeká!“

Zpracovala v roce 2002 a upravila v roce 2007 Mgr. Klára Rulíková