

SPOLEČNÁ POSTÝLKA ANO ČI NE

Mnoho rodičů dává svá dvojčata spát společně do jedné postýlky alespoň na nějakou dobu poté, co se vrátí z porodnice. Moje dvojčata spala v jedné postýlce skoro do 4. měsíce. Spaní v jedné postýlce má pro vícčata svůj význam. Níže se dozvíte praktické důvody, proč to tak dělat.

Někteří rodiče vícčat s nízkou porodní váhou nebo předčasně narozených chtějí, aby děti byly ve společné postýlce hned po porodu na novorozeneckém oddělení, ale ne všechny nemocnice to umožňují. Není to snadný požadavek a nemocnice mají oprávněné důvody nesouhlasit. Jedním z nich je fakt, že postýlky nejsou tak velké, aby se do nich pohodlně vešly dvě děti. Některé nemocnice o tomto problému uvažují, a rodiče vícčat by se brzy mohli dočkat pozitivních změn.

Stručný přehled zkušeností rodičů dvojčat, kteří měli své děti ve společné postýlce na JIP:

- jedna postýlka zabere méně místa, což je důležité, pokud s někým sdílíte pokoj
 - je méně zmatků, protože personál má na starosti jen jednu postýlku
 - pomáhá dětem udržovat tělesné teplo, regulovat jejich teplotu
 - pomáhá dětem lépe se adaptovat, má na ně uklidňující vliv
 - jedna maminka si myslí, že jim to pomohlo překonat trauma z porodu, protože našly útěchu v tom, že jsou zase spolu
 - návaznost na společný vývoj v děloze
-
- v některých případech byla miminka uložena každé do své postýlky v různých pokojích, což bylo pro rodiče časově náročné

- rodiče se cítí lépe, když jsou jejich děti stále pohromadě tak, jak byly v děloze
- na fotkách vypadají spolu tak sladce!

Lékaři a zdravotníci mají oprávněné připomínky ohledně společné postýlky:

- je-li jedno (nebo obě) děti nemocné a jsou ve společné postýlce, mohlo by dojít k záměně léků. V oddělených postýlkách je nebezpečí této záměny minimální
- je-li jedno dítě nemocné, mohlo by se druhé od něj nakazit
- má-li jedno dítě vrozenou vadu, např. rozštěp páteře nebo Downův syndrom, je lepší, když je každé zvlášť
- mohly by mít nedostatek kyslíku
- mohly by se vzájemně rušit ve spánku, což by mohlo ovlivnit jejich zdravý vývoj
- mohla by nastat teplotní nerovnováha mezi dětmi

Zdravotnický personál na oddělení JIP může v některých případech rozhodnout (nebo mohou mít takové předpisy), že neumístí vícerčata do společné postýlky. Takovéto rozhodnutí nastává, když je jedno nebo obě děti nemocné (obvykle následkem předčasného porodu) a umístit je v těsné blízkosti by mohlo mít nepříznivý vliv na jejich zdraví. V takovýchto případech je rozhodnuto v co nejlepší prospěch každého dítěte.

Doma většina rodičů vícerčat dává dvojčata (a někdy trojčata nebo čtyřčata) do jedné postýlky na různě dlouhou dobu. Pobyt dětí ve společné postýlce většinou ukončí to, že jedno dítě nebo batole neustále ruší to druhé. Jedno chce spát a druhé si chce hrát a hledá kamaráda na hraní, který se zoufale snaží trochu si zdřímnout. Podle tohoto scénáře máme večer přinejmenším dvě mrzuté děti a dva mrzuté rodiče ve velmi rozmrzelé domácnosti.

Řešení = oddělené postýlky (a možná i oddělené pokoje) a hned!

Pobyt dětí ve společné postýlce doma přináší mnoho dalších významných výhod jak pro děti, tak pro rodiče:

- děti jsou obvykle rády spolu a často se i rychleji a snadněji adaptují. Jak děti rostou, rodiče je dál mohou nechat ve společném pokoji, každého ve své posteli, protože

jsou rády spolu. Nebuďte překvapeni, až je ráno půjdete vzbudit a najdete je spát v jedné posteli

- pobyt ve společné postýlce je méně náročný na praní lůžkovin – jen jedno povlečení místo dvou nebo tří
- jdete jen na jedno místo, když ošetřujete dítě a ostatní očima plně sdílí kontakt s vámi
- zpočátku mají někteří rodiče jednu postýlku v kuchyni nebo obýváku a jednu třeba v ložnici (pro spaní během dne). Ušetří jim to stálé odbíhání a kontrolování dětí
- dokonce i rodiče trojčat dávají děti do jedné postýlky – děti leží vedle sebe napříč postýlky. Výhoda je v tom, že je každé dítě v případě potřeby snadno dostupné

Chcete-li, aby vaše předčasně narozená dvojčata nebo dvojčata s malou porodní váhou byla ve společné postýlce, zjistěte si, jaká je ve vaší nemocnici praxe již před porodem. Požádejte vašeho ošetřujícího lékaře, aby vám poznamenal do karty, že pokud to bude možné, chcete mít své děti ve společné postýlce.

Čím víc budeme žádat o to, co chceme nebo potřebujeme, tím víc nám budou nemocnice naslouchat a věci měnit.

Podle materiálů Lyndy P. Haddon, zpracovala v roce 2005 Mgr. Klára Rulíková