

Frühchen-Eltern-Info



Liebe Eltern,

ihr Kind ist zu früh oder krank zur Welt gekommen und muss deswegen auf einer Station der Kinderklinik betreut werden.

Wir sind bemüht, Ihnen die für Sie notwendigen und wichtigen allgemeinen Informationen sofort zu geben, jedoch gehen einige Details durch die Flut der Informationen, die sich speziell auf Ihr Kind beziehen, manchmal verloren.

Wir haben deswegen in Zusammenarbeit mit betroffenen Eltern, deren Kinder bereits entlassen sind, die Informationen zusammengestellt, die für alle Eltern von Bedeutung sind.

Das Heftchen soll keineswegs das persönliche Gespräch ersetzen, sondern lediglich eine Möglichkeit geben, Dinge in Ruhe nachzusehen.

Bitte zögern Sie nicht, uns bei Unklarheiten und Unsicherheiten zu fragen.

Das Team der Neonatologischen Intensivstation und der Frühgeborenenstation

Besuche

Besuche der Eltern sind für Frühgeborene und kranke Neugeborene, die die schützende Umgebung des Mutterleibes viel zu früh verlassen mußten oder bald nach der Geburt von der Mutter getrennt wurden, sehr wichtig, damit sie die Nähe der Eltern weiter spüren können. Um einen ungestörten und gefahrlosen Ablauf auf den Stationen für alle Patienten zu gewährleisten, sind jedoch einige allgemeine Regeln zu berücksichtigen, die sich auch nach den jeweiligen Besonderheiten der einzelnen Stationen richten.

Während eines längeren stationären Aufenthaltes Ihres Kindes, währenddessen Sie es häufig und lange besuchen, ergeben sich für Sie organisatorische Probleme im Alltag, bei deren Bewältigung wir Ihnen helfen wollen.

Die wesentlichen Regelungen sowie einige organisatorische Hinweise sind im Folgenden aufgeführt:

Besuchszeiten:

Neonatologische Intensivstation in der Frauenklinik:	Besuch jederzeit möglich
Frühgeborenenstation:	9°-21° Uhr
Kinderintensivstation in der Kinderklinik:	10°-13° Uhr und 16°-21°
Säuglingsstation in der Frauenklinik:	10°-22°

Besucherzahl

Grundsätzlich sollten auch nahestehende Bezugspersonen der Eltern die Möglichkeit haben, die frühgeborenen Kinder zu besuchen. Da wir keine Möglichkeit haben, zu überprüfen, in welcher Beziehung eventuelle Besucher zu den Eltern der Kinder stehen, ist ein Besuch von anderen Personen beim Kind **nur in Begleitung eines Elternteils** möglich.

Wegen der räumlichen Situation auf den Stationen ist die Besucherzahl auf allen Stationen auf **zwei Besucher pro Kind** beschränkt.

Geschwisterkinder:

Kinder dürfen ihre neugeborenen Geschwisterchen besuchen kommen. Um ein Einschleppen von Infektionskrankheiten auf den Stationen zu verhindern, müssen sie **vor jedem Besuch vom Stationsarzt oder vom Dienstarzt** der Kinderklinik in der dortigen Notaufnahme **untersucht** werden. Bitte bringen sie ihre Kinder **nicht** mit in die Klinik, wenn sie **erkältet** sind, **Erbrechen oder Durchfall** haben oder in Schule oder Kindergarten eine der üblichen **Kinderkrankheiten** ausgebrochen ist.

Häufig langweilen sich Geschwisterkinder während langer Besuche. Deswegen gibt es die Möglichkeit, sie im Hauptgebäude der Kinderklinik (Haus 26) im **Mini-Club** spielen zu lassen. Dort stehen ehrenamtliche Mitarbeiterinnen sechs Stunden täglich (**Mo-Fr, 10°-13° u. 15°-18° Uhr**) bereit, um sich um die Geschwister zu kümmern. Sie erreichen den Mini-Club tel. unter **0221/478-86037**, um sich weitere Informationen zu holen oder Besonderheiten im Bezug auf Ihr Kind zu besprechen.

Hygienemaßnahmen vor Betreten der Station:

Hauptübertragungsweg für Infektionen sind die Hände. Alle Besucher müssen daher, bevor sie zum Kind gehen, **Uhren und Ringe ablegen** und die **Hände gründlich waschen und desinfizieren**. **Mütter**, die nach der Geburt noch auf einer Wochenstation **stationär** sind, sollten, wenn sie in Nachtwäsche zum Kind kommen, einen **Schutzkittel** anlegen, um eine Verschleppung von Keimen von einer Station auf die andere zu vermeiden.

Aufenthaltsmöglichkeiten auf den Stationen:

Hauptaufenthaltsort für die Eltern während des Besuchs bei den Kindern sollte am Bett des Kindes sein. Während langer Besuche benötigen jedoch auch die Eltern eine kurze Pause, um etwas zu essen oder zu trinken. Dafür steht auf der Frühgeborenenstation eine sogenannte Elternküche und auf der Kinderintensivstation ein Elternzimmer zur Verfügung. Dort haben Sie die Möglichkeit, sich einen Kaffee oder einen Tee zuzubereiten und sie finden Geschirr und Besteck, um etwas zu essen. Bitte beschriften Sie private Lebensmittel mit Ihrem Namen, wenn Sie sie dort aufbewahren wollen.

Bitte beseitigen Sie bei Verlassen der Räume die Reste und helfen Sie mit, die Räume sauber und ordentlich zu halten.

Verpflegung der Eltern:

Insbesondere für stillende Mütter ist eine adäquate Ernährung notwendig. Daher sollten Sie, auch wenn Sie den ganzen Tag bei Ihrem Kind verbringen wollen, auf regelmäßige Mahlzeiten achten. Sie haben die Möglichkeit, in der Uni-Mensa direkt gegenüber der Frauenklinik essen zu gehen. Dort gibt es täglich drei Essen, davon ein vegetarisches, zur Auswahl.

Parken:

Die Parkmöglichkeiten rund um Frauenklinik und Kinderklinik sind sehr begrenzt. Die Parkplätze vor der Frauenklinik, im Parkhaus der Uni-Klinik (Einfahrt Kerpener Str.) und auf dem Uni-Klinik-Gelände (Einfahrt Gleueler Str.) sind kostenpflichtig:

Erste Stunde:	2,00 €
Jede weitere angefangene Stunde:	1,00 €
Tagesgebühr:	8,00 €

Muttermilchernährung und Stillen

Muttermilch der eigenen Mutter stellt gerade für Frühgeborene und kranke Neugeborene eine ideale Ernährung dar. Wenn Sie stillen möchten, wollen wir Sie daher in Ihrem Vorhaben unterstützen. Zum Umgang mit abgepumpter Muttermilch erhalten Sie ein gesondertes Informationsblatt. Hier nur einige kurze allgemeine Hinweise:

Milchpumpe:

Um die Muttermilch für das Frühgeborene oder das kranke Neugeborene zu gewinnen, ist in der Regel zunächst das Abpumpen der Milch erforderlich. Dafür stehen in den Geburtskliniken Milchpumpen zur Verfügung. Nach Ihrer Entlassung aus der Klinik erfolgt für zuhause die Rezeptierung der Milchpumpe durch Ihren Gynäkologen. Das Rezept ist einen Monat lang gültig und wird bei Bedarf verlängert.

Es empfiehlt sich, zwei Abpumpsets zu kaufen, um an beiden Brüsten gleichzeitig abzupumpen. Die Milchpumpe Medela „Symphonie“ wird von einigen Müttern empfohlen, weil sie sehr genau justierbar ist. Nicht alle Apotheken führen dieses Modell aber es lohnt sich, danach zu fragen.

Abpumpmöglichkeiten auf Station:

Auf allen Stationen stehen Milchpumpen zur Verfügung, mit denen Sie am Bett Ihres Kindes abpumpen können. Auf der Kinderintensivstation und der Frühgeborenenstation gibt es ein

Stillzimmer, in das Sie sich zum Abpumpen zurückziehen können. Lassen Sie sich von den Schwestern dort einweisen.

Stillberatung:

Auf allen Stationen, auf denen Früh- und Neugeborene betreut werden, gibt es Schwestern, die eine spezielle Ausbildung zur Stillberaterin gemacht haben. Wenn Sie Probleme mit dem Abpumpen oder Stillen haben, bitten Sie um eine Stillberatung.

Stillgruppe:

In der Frauenklinik findet einmal wöchentlich das Treffen einer Stillgruppe statt, welches von einer Stillberaterin geleitet wird. Hier sind sie herzlich willkommen.

Muttermilchspende:

Einige Mütter haben anfangs eine überschießende Milchproduktion. Es empfiehlt sich die überschüssige Milch zunächst einzufrieren und für das eigene Kind aufzuheben. Sollte der Überschuss jedoch zu groß werden, kann die Muttermilch gespendet werden. Nach sorgfältiger Untersuchung wird die Milch Kindern gefüttert, deren Mütter nicht ausreichend Milch haben. Selbstverständlich erhalten Kinder nur dann Spendermilch, wenn ihre Eltern dies wünschen.

Fördermöglichkeiten für Frühgeborene und kranke Neugeborene

Ihr Kind ist aufgrund seiner Frühgeburtlichkeit oder seiner Krankheit einer Umgebung ausgesetzt, für die es eigentlich noch nicht geschaffen ist. Wir sind daher bemüht ein Umfeld zu schaffen, in dem ihr Kind sich wohl fühlen kann und in dem es über seine Sinne die Dinge von der Welt erfahren kann, die es für seine Entwicklung braucht. In diesem Zusammenhang kommt Ihnen als Eltern eine einzigartige Bedeutung zu. Die folgenden Erklärungen sollen Ihnen zeigen, wie Sie Ihrem Kind helfen können.

„Känguruhen“:

Beim „Känguruhen“ wird das nur mit einer Windel bekleidete Früh- oder Neugeborene auf die nackte Brust von Vater oder Mutter gelegt. Eltern und Kind haben auf diese Weise einen ganz innigen Kontakt miteinander. Alle Sinneskanäle des Kindes werden gleichzeitig in einer ähnlichen Weise stimuliert, wie dies im Mutterleib geschehen würde. Das Kind spürt mit seinem Tastsinn die Haut der Eltern und lernt auf diese Weise seine Körpergrenzen kennen, es riecht die Eltern, hört das Herz des Elternteils schlagen und wird durch die elterlichen Atembewegungen sanft geschaukelt. Dies stimuliert den Gleichgewichtssinn.

Für die erste Lebensphase stellt das „Känguruhen“ die ideale Förderung des Kindes dar. Voraussetzung ist jedoch eine ruhige und entspannte Atmosphäre bei den „Känguruh-Sitzungen“. Daher kann es bei kindlichen oder elterlichen gesundheitlichen Problemen u.U. sinnvoll sein, ein einzelnes Mal auf das „Känguruhen“ zu verzichten. Ebenso gibt es Situationen, in denen es auf der Station so unruhig ist, dass Eltern und Kind nicht entspannen könnten. Besprechen Sie daher bitte von Tag zu Tag mit der Ihr Kind betreuenden Pflegeperson die für das „Känguruhen“ günstigste Zeit.

Auditive Stimulation:

Bereits im Mutterleib hört das Kind sehr viel, insbesondere die Stimmen seiner Eltern. Sie sind ihm daher vertraut und geben ihm Vertrauen und Halt. Nutzen Sie dies, wenn Ihr Kind wach ist, indem Sie ihm etwas **erzählen**, **vorsingen** oder **vorlesen**. Sie können auch für

Zeiten, in denen Sie nicht da sind, eine Kassette oder eine CD besprechen oder besingen, die wir dem Kind bei Bedarf abspielen. Manche Kinder lieben auch **Musik**, insbesondere die, die die Eltern in der Zeit der Schwangerschaft gehört haben. Auch diese kann dem Kind vorgespielt werden.

Radio Mama ist eine musiktherapeutische Fördermaßnahme für frühgeborene Kinder, deren Eltern und Geschwister. Gemeinsam mit dem Heilpädagogen und Musikproduzenten Markus Brachtendorf können Sie sofort hier im Haus Geschichten, Lieder, Gedichte und vieles mehr für ihr Frühchen aufnehmen, um sie Ihnen vorzuspielen. So schafft Ihre Stimme beruhigende Nähe, auch wenn Sie nicht persönlich auf Station sein können.

Das Angebot ist kostenlos und das nötige Equipment können Sie über Markus Brachtendorf für die Zeit Ihres Aufenthaltes gegen Kautionsausleihe ausleihen.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal bzw. die Kinderärzte oder direkt an: info@radiomama.de. Weitere Informationen unter www.radiomama.de.

Babymassage:

Die Haut ist das größte Sinnesorgan des Menschen, über das sehr viele Informationen aufgenommen werden können. Die Stimulation dieses Organes ist wichtig, um diese Art der Informationsverarbeitung zu erlernen. Neben der Stimulation beim „Känguruhen“ können Sie ihrem Kind diese Stimulation auch durch **Streicheln** oder **sanftes Bürsten** mit einer **weichen Kosmetikbürste** geben. Für etwas ältere Kinder bietet sich die **klassische Babymassage** nach **Leboyer** an. Unterweisungen in dieser Technik finden alle zwei Wochen auf der Frühgeborenenstation statt. Die Termine werden an den Informationstafeln (s. dort) auf den Stationen mitgeteilt. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Schwestern.

Physiotherapie:

Im Mutterleib ist das Kind mit zunehmender Reife einer größeren Enge ausgesetzt. Auf diese Weise lernt es immer intensiver die Begrenzung seines eigenen Körpers kennen und es ist gezwungen, eine Beugehaltung in den großen Gelenken einzunehmen, was die Entwicklung der Gelenke begünstigt. Dies geht dem zu früh geborenen Kind verloren. Wir bemühen uns, einen Ausgleich durch verschiedene Lagerungstechniken (**Kinästhetik**) und durch spezielle Methoden, das Kind zu halten (**Infant handling**), zu schaffen. In diese Techniken werden die Schwestern und die Physiotherapeutinnen Sie einweisen.

Wenn sich bei einem einzelnen Kind im Verlauf auffällige Bewegungsmuster abzeichnen, wird u.U. eine gezielte **Krankengymnastik** durch die Physiotherapeutinnen notwendig. Selbstverständlich werden Sie dann informiert und in die Methoden eingewiesen.

Spaziergänge:

Wenn ihr Kind nicht mehr auf die unmittelbare Verfügbarkeit medizinischer Technik angewiesen ist, haben Sie die Möglichkeit, mit ihrem Kind spazieren zu gehen. Dafür stehen je nach Wunsch und Bedarf **Kinderwagen** und **Tragetücher** zur Verfügung.

Spaziergänge stärken das elterliche Vertrauen in ihr Kind und ihre Kompetenz im Umgang mit dem Kind. Zudem bieten sie dem Kind „normale“ Reize wie die Wirkung von Sonnenlicht und Wind. Das Schaukeln sowohl im fahrenden Kinderwagen als auch beim Getragenwerden stellt eine ideale Stimulation des Gleichgewichtsorgans dar.

Spielzeuge, Frühchenkleidung:

Für eine ungestörte Entwicklung ihres zu früh oder krank geborenen Kindes stellt die Integration in das soziale Umfeld der Familie eine unabdingbare Voraussetzung dar. Vielfach möchten Angehörige oder Freunde ihre Verbundenheit durch kleine Geschenke signalisieren. Wenn Sie solche Geschenke, wie z.B. kleine Stofftiere oder spezielle Frühchenkleidung bereits in der Klinik für Ihr Kind benutzen wollen, ist dies möglich, wenn bestimmte Hygienerichtlinien beachtet werden. Bitte besprechen sie dies mit den Schwestern.

Frühchen-Kleidung gibt es in einigen Kaufhäusern bereits ab Größe 38. Wenn Sie Ihrem Kind eigene Kleidung kaufen wollen, achten Sie darauf, dass diese in den Kaufhäusern meist schnell vergriffen ist. Es empfiehlt sich daher, sich früh einen Vorrat anzulegen. Kleine Kleidergrößen findet man manchmal auch in Second Hand Läden. Bedenken Sie, dass Frühchen bei der Entlassung meist Größe 46 oder größer benötigen.

Psychosoziale Unterstützung

Eine zu frühe Geburt oder die Geburt eines kranken Kindes stellt für Eltern eine außergewöhnliche psychische und soziale Belastung dar, in denen die Betreuung durch die Ärzte und Pflegenden, die für die Gesundheit des Kindes zuständig sind, häufig nicht ausreicht. Als zusätzliche Hilfe bieten wir Ihnen daher folgende Möglichkeiten:

Heilpädagogik:

Häufig stellt sich Ihnen die Frage, wie Sie Ihr Kind nach der Entlassung weiter unterstützen können. Daher besucht einmal wöchentlich die Heilpädagogin, die am sozialpädiatrischen Zentrum (SPZ) unserer Klinik tätig ist, die Frühgeborenenstation. Im SPZ erfolgt auch die Nachbetreuung der Kinder. Sie haben bei den Besuchen der Heilpädagogin und gegebenenfalls auch nach Vereinbarung Gelegenheit, Ihre Fragen zu besprechen.

Seelsorge:

Die Klinikseelsorger stehen Ihnen jederzeit auf Nachfrage zur Verfügung. Mehrfach wöchentlich besucht ein Seelsorger/in die Stationen, um mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.

Kontakte zu Betroffenen:

Betroffene Eltern, deren Kinder bereits lange entlassen sind, haben sich zum Känguruh e.V. zusammen-geschlossen, und sind gerne bereit, Ihnen mit Ihren Erfahrungen zur Seite zu stehen. Sollten Sie den Wunsch zu einem gezielten Kontakt haben, informieren Sie bitte die Schwestern; sie werden den Kontakt dann vermitteln. Informationen finden Sie in den ausliegenden gelben Flyern und unter www.fruehchen-koeln.de.

Informationsmöglichkeiten

Informationstafeln:

Auf den Stationen finden Sie am Eingang Tafeln, an denen aktuelle Informationen ausgehängen werden. Dort haben Sie nach Rücksprache mit dem Pflegepersonal auch die Möglichkeit selbst interessante Mitteilungen an andere Eltern weiterzugeben.

Eltern Café:

Der Känguruh e.V. bietet monatlich ein Treffen für Frühcheneltern an. Erfahrene Eltern kommen in die Klinik, um sich mit frischgebackenen Eltern auszutauschen und ihre Erfahrungen weiterzugeben. Hier können sich auch nach der Entlassung die Eltern, die sich auf der Station kennengelernt haben, wiedersehen. Die Termine für die Treffen finden Sie auf Station und im Internet.

Frühchen- Eltern- Gesprächskreis:

An jedem letzten Donnerstag im Monat um 18⁰⁰ findet ein von Mitarbeitern der Neonatologischen Intensivstation und des sozialpädiatrischen Zentrums geleiteter Frühchen-Eltern-Gesprächskreis statt, in dem Sie zu Themenbereichen wie Ernährung, Frühförderung, Impfen, Infektionskrankheiten, Reisen etc. informiert werden. Im ersten Lebensjahr Ihres Kindes werden Sie zu diesen Abenden schriftlich eingeladen. Die Termine und die jeweiligen Themen der Abende finden Sie auch an den Informationstafeln auf der Station sowie im Internet auf der Seite des Känguruh e.V. Sie können für diese Veranstaltung auch gerne Themenwünsche äußern. Ihre Kinder können Sie zu den Abenden mitbringen. Viele Eltern finden es schön, die Weiterentwicklung der Kinder zu beobachten und sich mit anderen Eltern auszutauschen.

Literatur:

Einzelne Bücher sind auf der Frühgeborenenstation oder der Neonatologischen Intensivstation einzusehen. Wenn Sie Interesse haben, fragen Sie die Schwestern oder die Ärzte.

Sonstiges

Standesamt:

Sie können Ihr Kind/ Ihre Kinder hier im Haus standesamtlich anmelden und brauchen dafür nicht Ihr örtliches Standesamt aufzusuchen. Fragen Sie den Pförtner!

Blutspenden:

Viele Frühgeborene benötigen Bluttransfusionen. Blutspender sind in der Blutbank des Klinikums der Universität Köln herzlich willkommen. Sollten Sie oder einer Ihrer Angehörigen oder Bekannten Interesse haben, erteilen Ihnen die Ärzte nähere Informationen.

Hier können Sie spenden:

Transfusionsmedizin - Blutspendezentrale

Universitätsklinikum Köln

Josef-Stelzmann-Str. 9

50931 Köln

Mo. und Di.: 14.00-19.00, Mi.,Do.,Fr.: 7.30-11.30 Uhr

Wichtige Telefonnummern:

Frühgeborenen- Station:	0221-478-43 74
Neonatologische Intensivstation (PZ):	0221-478-59 98
Kinder-Intensivstation (Kinderklinik):	0221-478-43 81
Säuglingsstation (Kinderklinik):	0221-478-43 72