

Chăm sóc để phát triển

Ứng dụng thực tiễn trong khoa Hồi sức sơ sinh



Thông điệp

- Trẻ sinh non được sinh ra trước hoặc trong các giai đoạn quan trọng của sự phát triển não bộ.
- Chăm sóc để phát triển hướng tới giảm stress cho trẻ đồng thời thúc đẩy phát triển hệ thần kinh.
- Đơn giản, dễ thực hiện nhằm cải thiện môi trường và các thực hành chăm sóc giúp làm giảm tỷ lệ mắc bệnh trên trẻ.
- Chú ý đến tiếng ồn, ánh sáng và tư thế của trẻ sơ sinh giúp giảm bớt stress và đem lại nhiều kết quả tốt cho trẻ.

Khái niệm về chăm sóc để phát triển

Quá trình chăm sóc để phát triển bao gồm tạo ra môi trường giảm thiểu stress và mang lại cơ hội trải nghiệm chăm sóc cho gia đình và trẻ.



Mục đích chăm sóc để phát triển – Trẻ sơ sinh

- Giảm stress
- Bảo toàn năng lượng và tăng khả năng hồi phục
- Thúc đẩy quá trình trưởng thành và phát triển cho trẻ
- Hỗ trợ hành vi trong từng giai đoạn phát triển thần kinh

Mục đích chăm sóc để phát triển – Gia đình

- Khuyến khích và hỗ trợ các bậc cha mẹ trong vai trò người chăm sóc chính
- Tăng cường tình cảm và hạnh phúc gia đình



Các can thiệp trong chăm sóc để phát triển nhằm:

- Hỗ trợ tổ chức hành vi từng cá nhân trẻ
- Tăng cường ổn định sinh lý
- Bảo vệ nhịp điệu giấc ngủ cho trẻ
- Thúc đẩy tăng trưởng và phát triển

Can thiệp trong chăm sóc phát triển bao gồm:

- Các biện pháp tạo tư thế, xử trí tối ưu
- Giảm các tác nhân độc hại từ môi trường
- Chăm sóc dựa trên các dấu hiệu hành vi

TỔ chức hành vi

Đề cập đến khả năng của trẻ nhằm duy trì sự cân bằng giữa 5 tiểu hệ thống:

- Tự phát / Sinh lý
- Vận động
- Tổ chức trạng thái
- Chú ý / tương tác
- Tự điều chỉnh

Tổ chức hành vi

Ví dụ bao gồm tình trạng hô hấp, trương lực cơ, tư thế, nét mặt, màu sắc, phản ứng tạng và khả năng chú ý quan sát của trẻ.

Những hành vi này bị ảnh hưởng như thế nào bởi các kích thích bên ngoài, hoặc là tích cực hay tiêu cực, sẽ cung cấp thông tin về khả năng và tổ chức các phản ứng của trẻ sơ sinh.

Chăm sóc dựa trên dấu hiệu

Đây là một hệ thống chăm sóc dựa vào các dấu hiệu hành vi của trẻ, bao gồm cả việc cung cấp và điều chỉnh các kích thích giác quan thích hợp.

Thực hiện chăm sóc để phát triển

Đánh giá bao gồm:

Môi trường cho trẻ - bao gồm cả môi trường âm thanh, ánh sáng, bố trí chung và nội thất.

Trẻ sơ sinh - bao gồm đánh giá và điều chỉnh thường xuyên tùy thuộc vào:

- Tình trạng của trẻ
- Tuổi thai và mức độ trưởng thành của trẻ sơ sinh
- Đáp ứng hành vi với chăm sóc.

Ảnh hưởng của tiếng ồn

Ngưỡng gây nguy hại cho ốc tai ở người lớn là 80-85 decibels và ở trẻ sơ sinh sẽ thấp hơn ngưỡng này vì ốc tai trẻ rất nhạy cảm. Tiếng ồn trong môi trường chăm sóc ở mức này bao gồm: Âm mở cửa lồng ấp, đặt chai/lọ lên nắp lồng.

Âm khuyến nghị môi trường chăm sóc trẻ (Aus. và New Zealand hướng dẫn) - **tiếng ồn tương đương trong một giờ (Leq) không vượt quá 40-45 DB (A).**

Các biện pháp giảm ồn

Thực hiện các biện pháp can thiệp nhằm giảm tiếng ồn:

- Giảm âm lượng hoặc tắt radio
- Chỉ định thời gian yên tĩnh trong ngày (đồng thời nhớ giảm thiểu tiếng ồn mọi lúc)
- Đóng cửa lồng ấp nhẹ nhàng
- Khuyến khích các nhân viên và người thăm nuôi ra vào nói chuyện nhẹ nhàng, và tránh nói chuyện khi cửa lồng đang mở
- Tránh đập nắp
- Thiết lập các giới hạn báo động khi theo dõi trẻ và âm báo ở mức thích hợp và cố gắng tắt báo động càng sớm càng tốt
- Theo dõi mức độ tiếng ồn theo định kỳ để xác định thời gian và nguyên nhân gây tiếng ồn ở mức cao

Ánh sáng

Ánh sáng nên có thể điều chỉnh được – mức điều chỉnh khuyến nghị trong khoảng 100-600 lux (hướng dẫn của Aus. Và NZ).

Ánh sáng chói liên tục trong phòng chăm sóc có thể ảnh hưởng đến nhịp sinh học tự nhiên và gây kích thích quá mức cho trẻ.

Ánh sáng

Sự can thiệp để duy trì môi trường ánh sáng thích hợp cho từng cá thể bao gồm :

- Sử dụng ánh sáng có thể điều chỉnh bên trong mỗi cũi cộng thêm quy trình ánh sáng cho quan sát và ánh sáng để làm các thủ thuật.
- Kiểm soát các mức độ ánh sáng xung quanh.
- Bảo vệ trẻ khỏi ánh sáng chói bằng cách che cũi lại, che mắt và giảm mức ánh sáng
- Giảm mức độ ánh sáng trong phòng chăm sóc, duy trì mức ánh sáng an toàn để có thể thăm khám lâm sàng chính xác khi cần.

Tư thế

Trẻ nên được đặt trong tư thế:

- Những tư thế đối xứng
- Tư thế co/gập thân người, khớp và gập vai và hông
- Vai duỗi, tay gần mặt
- Tư thế thẳng hàng tự nhiên của mắt cá chân và hông
- Tư thế thẳng tự nhiên của đầu và cổ bất cứ khi nào có thể
- Sử dụng tã hoặc kén để cung cấp các đường giới hạn



Tham gia chăm sóc của cha mẹ

Cha mẹ nên được tham gia vào các quyết định can thiệp khi có thể. Điều này sẽ làm tăng sự hiểu biết của họ về hành vi của trẻ và cho phép họ thực hành chăm sóc dựa trên dấu hiệu hành vi.



Tham gia chăm sóc của cha mẹ

Điều này cho phép họ trải nghiệm các tương tác tích cực với trẻ và **giúp họ tăng nhận biết các dấu hiệu hành vi và trở nên tự tin hơn trong việc chăm sóc con.**



Thực hành chăm sóc

Chăm sóc dựa trên dấu hiệu hành vi và chăm sóc theo nhóm

- Chăm sóc cho trẻ đồng thời nhận biết các dấu hiệu hành vi hoặc đáp ứng stress và cung cấp các chiến lược phù hợp ví dụ nghỉ ngơi hoặc điều chỉnh chăm sóc.
- Chăm sóc theo nhóm khuyến khích tối thiểu sự đụng chạm và bảo vệ các giai đoạn ngủ sâu bằng cách tối thiểu số lần đánh thức trẻ dậy hoặc làm phiền trẻ.

Thực hành chăm sóc

Chăm sóc dựa trên dấu hiệu hành vi và chăm sóc theo nhóm

Nếu một trẻ không thể ứng phó với một nhóm chăm (quan sát các gợi ý stress) thì xem xét nhóm các thủ thuật chăm sóc ít hơn lần sau nếu có thể.

Những quy trình gây đau hoặc stress

Tối thiểu các thủ thuật gây đau và cung cấp các biện pháp giảm đau phù hợp.

Trong các quy trình này, sử dụng một số kỹ thuật làm dễ chịu cho trẻ có thể làm giảm các đáp ứng stress.



Những quy trình gây đau hoặc stress



Kĩ thuật làm dễ chịu bao gồm:

- Ngậm, mút chất không dinh dưỡng (đầu vú giả, gạc thấm sữa mẹ hoặc sucrose)
- Gập, giữ tay và/hoặc chân (giữ tay co lại trên ngực nhẹ nhàng và/hoặc giữ chân gập lên)
- Nắm 1 ngón tay

Hỗ trợ nuôi ăn

Cung cấp hỗ trợ nuôi ăn sữa mẹ hoặc phương pháp thay thế khi cần với chăm sóc gia đình làm trung tâm cho mỗi cá thể.

Theo sát các dấu hiệu của trẻ và thời gian cho ăn, dựa trên khả năng của trẻ về mút, nuốt và thở.



Mút không dinh dưỡng

Để trẻ có cơ hội để mút đầu vú giả hoặc những vật thích hợp khác, ví dụ như một ngón tay, tay của trẻ hoặc đồ chơi thích hợp.

Sử dụng mút không dinh dưỡng trong thời gian cho ăn qua ống có ích trong việc chuyển tiếp tới mút dinh dưỡng.



Thực hành của nhân viên

Cung cấp chăm sóc liên tục bởi nhân viên bất cứ khi nào có thể. Phát triển các nhóm nhân viên chăm sóc cho nhóm trẻ phải ở lại lâu.



Kỹ thuật chăm sóc bao gồm:

- Chăm sóc trẻ theo cách nhằm tối thiểu stress và các đáp ứng không kiểm soát.
- Dùng tay giữ trẻ hoặc cuộn nhẹ trẻ trong tư thế gập và bao bọc.
- Di chuyển trẻ từ từ và giữ trẻ vẫn tiếp xúc với các bề mặt hỗ trợ bất cứ khi nào có thể.
- Chạm vào trẻ nhẹ nhàng và từ từ để trẻ có thời gian đáp ứng và điều chỉnh thay đổi tư thế.

Những kích thích gây hại

Tối thiểu việc gây kích thích gây hại cho trẻ ví dụ như nước hoa, miếng còn bên ngoài lồng ắp, các thủ thuật lâm sàng và tuân thủ hướng dẫn về ánh sáng và âm thanh.



Chăm sóc Kangaroo

Tạo điều kiện cho chăm sóc Kangaroo khi có thể. Chăm sóc Kangaroo sớm, kéo dài và liên tục da tiếp xúc da giữa cha mẹ và trẻ nhẹ cân.



Chăm sóc Kangaroo cho thấy:

- Cải thiện tổ chức trạng thái
- Giảm nhu cầu oxy, cải thiện hô hấp
- Giảm cơn ngưng thở và nhịp chậm.
- Cải thiện điều chỉnh thân nhiệt.
- Cải thiện mối quan hệ cha mẹ và con, khả năng cảm nhận của cha mẹ.
- Tăng cường phát triển nhận thức và vận động.

Tham khảo

Neonatal e-handbook: developmental care for neonates

<http://www.health.vic.gov.au/neonatalhandbook/procedures/developmental-care.htm>