

Małgorzata Brzozowska

Dlaczego mój brat jest wcześniakiem?



abbvie



SZKOŁA RODZICA
WCZĘSNIAKA

Kochani Rodzice!

Wiem, jak trudnym wyzwaniem dla całej rodziny jest pojawienie się na świecie wcześniaka, zwłaszcza o bardzo małej masie urodzeniowej i z wieloma komplikacjami zdrowotnymi. Wiem, że Wasze serca przepełnia lęk, cierpienie i niepewność. Miało być inaczej, a znienacka znaleźliście się w trudnej sytuacji. Wasze dotychczasowe życie wymaga przemodelowania, ponieważ dużo czasu spędzacie w szpitalu.

Jeśli macie starsze dzieci, one również odczuwają zmianę – rodzice nie spędzają z nimi tyle czasu, co wcześniej, są smutni, zdenerwowani, płaczą.

Dzieci próbują zrozumieć, co się stało, czasem obwiniają siebie za zaistniałą sytuację, boją się, czy rodzice wciąż tak samo mocno je kochają. Czują rozczarowanie, bo miały mieć siostrzyczkę lub braciszka, z którymi mieli się bawić, tymczasem rzeczywistość jest zupełnie inna.

Ta książeczka pomoże Wam rozmawiać z dziećmi o ich odczuciach, wytłumaczyć, co się stało, dzieciom zaś pokaże, że są inne dzieci, które podobnie odczuwają, są w podobnej sytuacji.

Prof. dr hab. n. med. Maria Katarzyna Borszewska-Kornacka, kierownik Kliniki Neonatologii Akademii Medycznej w Warszawie, w Szpitalu Klinicznym im. ks. Anny Mazowieckiej w Warszawie, Prezes Polskiego Towarzystwa Neonatologicznego, Wojewódzki konsultant ds. neonatologii, inicjatorka Koalicji dla Wcześniaka

Patroni:



Drodzy Rodzice!

Narodziny dziecka to wyjątkowy czas dla całej rodziny. Gdy na świat przychodzi wcześniak, sytuacja znacznie się komplikuje. Wszyscy – rodzice i ich starsze dzieci – są zaskoczeni sytuacją. Doświadczają wielu różnorodnych emocji, zwykle dominujący jest lęk i niepewność związana z nową sytuacją. Rodzice martwią się o zdrowie i życie maleństwa, przeżywają smutek, tęsknotę związaną z rozłąką ze starszymi dziećmi. Zastanawiają się, co powinni im powiedzieć o małej siostrzyczce lub braciszku, jak pogodzić nowe obowiązki, wynikające z opieki nad wcześniakiem, z opieką nad jego rodzeństwem.

Dzieci, które pozostały w domu, tęsknią za mamą i często nie rozumieją, dlaczego nie mogą się z nią spotkać przez kilka tygodni. Nawet gdy już wraca do domu, wiele godzin i tak spędza w szpitalu przy dziecku lub na „dziwnych” czynnościach, jak np. odciąganie mleka. Małe dzieci są ciekawe, co wyjątkowego mama przygotowuje dla ich brata czy siostry, często chciałyby spróbować tego wyjątkowego napoju. Warto im na to pozwolić, by same mogły się przekonać, że mleczko dla maluszka wcale im nie smakuje. Gdy mama przebywa w szpitalu, warto by regularnie telefonowała do dzieci, które pozostały w domu, nawet gdy te są jeszcze całkiem małe i niewiele mówią. Mogą po prostu słuchać jej głosu. Te nieco starsze mogą rozmawiać, przygotować dla mamy laurkę czy nawet ją odwiedzić w dostępnej przestrzeni, takiej jak szpitalny bufet, ogród czy hol. Dzieci chętnie naśladują dorosłych, dlatego warto podarować starszakowi np. lalę, którą mógłby się opiekować, zmieniać pieluszki, tulić do snu. Po powrocie mamy do domu, warto by wróciła ona do dawnych rytuałów, takich jak wieczorne czytanie bajek, rodzinne granie w gry planszowe lub stworzyła nowe, np. oglądanie zdjęć z dzieciństwa starszaków i nowonarodzonego wcześniaczka. Każde dziecko potrzebuje czasu spędzonego tylko z rodzicem – to upewnia je, że nadal jest kochane, a tajemniczy dzidzius w szpitalu nie jest ważniejszy dla mamy.

Dzieci potrzebują informacji na temat tego, co ważnego dzieje się w ich rodzinie. Dlaczego mama jest smutna, kiedy będą mogły zobaczyć dzidziusia, dlaczego muszą zostać u babci. Emocje przedszkolaków są gwałtowne i krótkotrwałe – im młodsze dziecko, tym trudniej mu zapanować nad emocjami. Niemal w jednej chwili zmartwiony i zapłakany malec może zacząć śmiać się i cieszyć. Dzieci postrzegają świat w kategorii własnego wpływu na to, co się w nim dzieje. Zastanawiają się, czy ich zachowanie mogło mieć wpływ na przedwczesne narodziny maluszka. Jeśli zabiegani, zestresowani rodzice oddalą się od dziecka, musi ono samo radzić sobie ze swoimi wątpliwościami i niepokojami. Często zmienia się diametralnie jego zachowanie na lepsze lub gorsze. Może nastąpić regres w jego rozwoju, zaczyna się moczyć, chce ssać smoczek lub trudno mu opanować napady złości.

W wyjaśnieniu sytuacji, w nazwaniu dziecięcych emocji i w przyzwoleniu na ich wyrażanie może przyjść z pomocą rodzicom bajka, opowiadanie, w którym bohaterowie przeżywają podobne kłopoty. Dzieci utożsamiając się z bajkowymi postaciami odnajdują u nich części swoje uczuć. Bajka zawiera informacje, które mają pomóc zrozumieć sytuację, w jakiej znaleźli się mali słuchacze. Obok jest dorosły, który może przytulić, wyjaśnić, odpowiedzieć na pytania, które pojawiają w trakcie czytania opowieści. Takie spotkanie może okazać się ważniejsze niż sama treść bajki. Bajka mówi o emocjach: strachu, złości, zazdrości, których doświadczają maluchy, stając się nagle starszym bratem czy siostrą.

dr Bożena Cieślak-Osik, psycholog ze Szpitala Klinicznego im. ks. Anny Mazowieckiej w Warszawie



Przedstawiam Wam rodzinę Nowaków:
mama Ania (ma w brzuszku malutkiego Stasia),
roześmiany tata Krzyś,
dziadek Marek – złota rączka,
babcia Marysia – najlepsza kucharka na świecie,
Basia – 5-letnia wielbicielka
kokardek i turkusowych sukienek,
Jaś - 3-letni kolekcjoner samochodzików,
pies Bruno – wiecznie głodny,
domowy odkurzacz.

Dzisiejszy dzień rozpoczął się u Państwa Nowaków jak zwykle bardzo wesoło. Mamusia włączyła radio i poszła robić pyszne, uroczyste śniadanie. Dzisiaj jest szczególny dzień – urodziny babci Marysi! Babcia nie wie, że wszyscy w tajemnicy przygotowali dla niej imprezę urodzinową. Więc ciiiiii, nic jej nie mówcie!



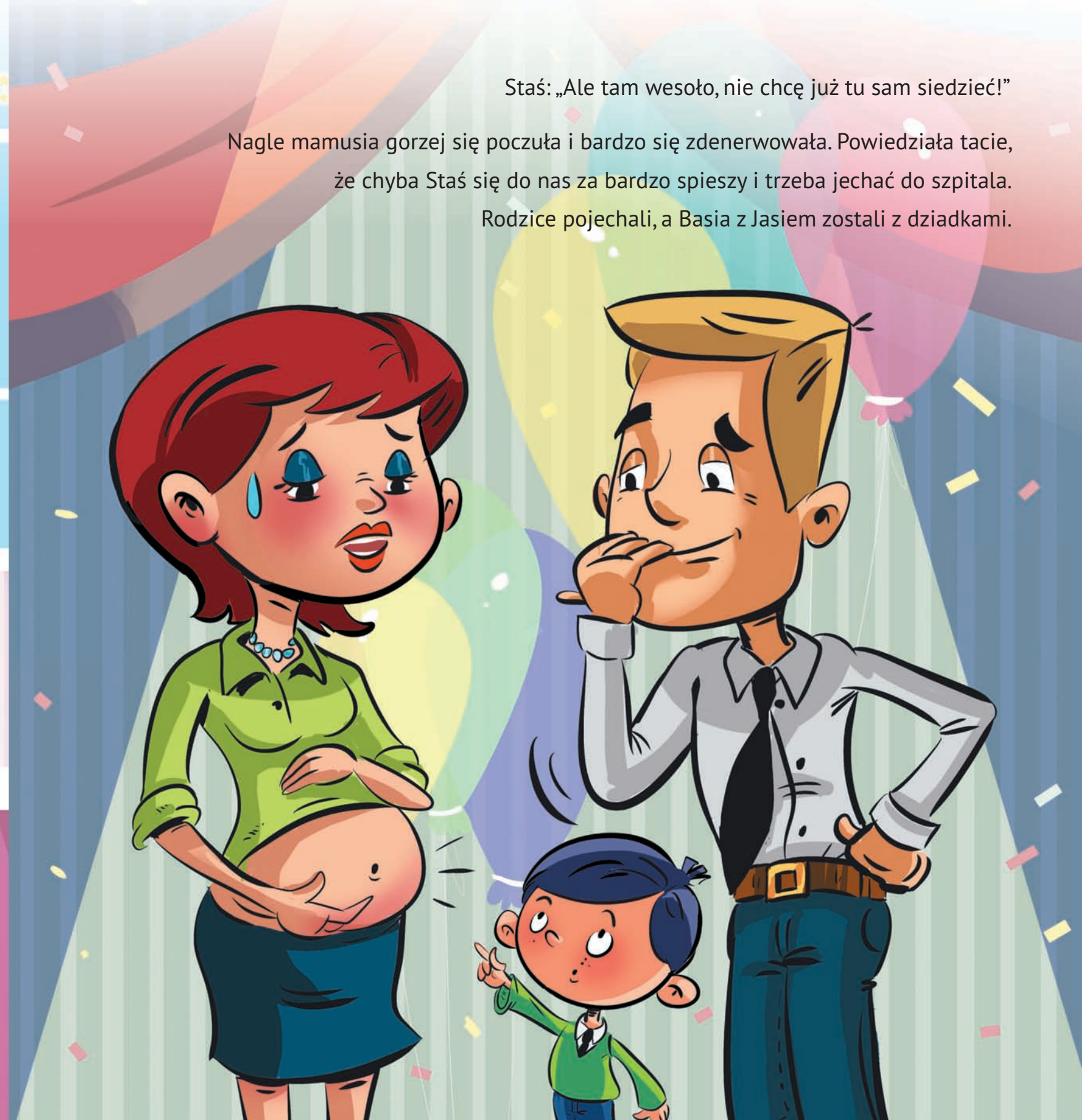
Gdy babcia zeszła na dół wszyscy wykrzyknęli „NIESPODZIANKA”, a mamusia wniósła piękny tort. Wyglądał naprawdę smakowicie! Babcia pomyślała życzenie i zdmuchnęła aż 70 świeczek! Potem wszyscy zjedli śniadanie i częstowali się tortem. Tylko pies Bruno nic nie dostał, więc siedział pod stołem licząc na okruszki.



Gdy wszyscy się najedli, poszli do salonu. Bardzo dobrze się bawili.
Dziadek z babcią zrobili pociąg, zaprosili wszystkich do tańca i okrążyli kilka razy salon. Tańczył nawet tata z mamą.



Staś: „Ale tam wesoło, nie chcę już tu sam siedzieć!”
Nagle mamusia gorzej się poczuła i bardzo się zdenerwowała. Powiedziała tacie, że chyba Staś się do nas za bardzo spieszy i trzeba jechać do szpitala. Rodzice pojechali, a Basia z Jasiem zostali z dziadkami.



– Babciu, co się stało? – pyta Basia.

– Staś powinien jeszcze pobyc w brzuszku, żeby był zdrowy i silny. Jeśli teraz się urodzi, będzie musiał leżeć w szpitalu i rosnać w takim sztucznym brzuchu, który nazywamy inkubatorem – wyjaśniła babcia.

– Dzieci, które przychodzą na świat za wcześnie to wcześniaki – dodał dziadzius – ich niektóre części ciała, na przykład płucka, są słabsze niż innych dzieci, które przychodzą na świat o czasie. Miejmy nadzieję, że Staś jeszcze pomieszka w brzuszku mamusi.

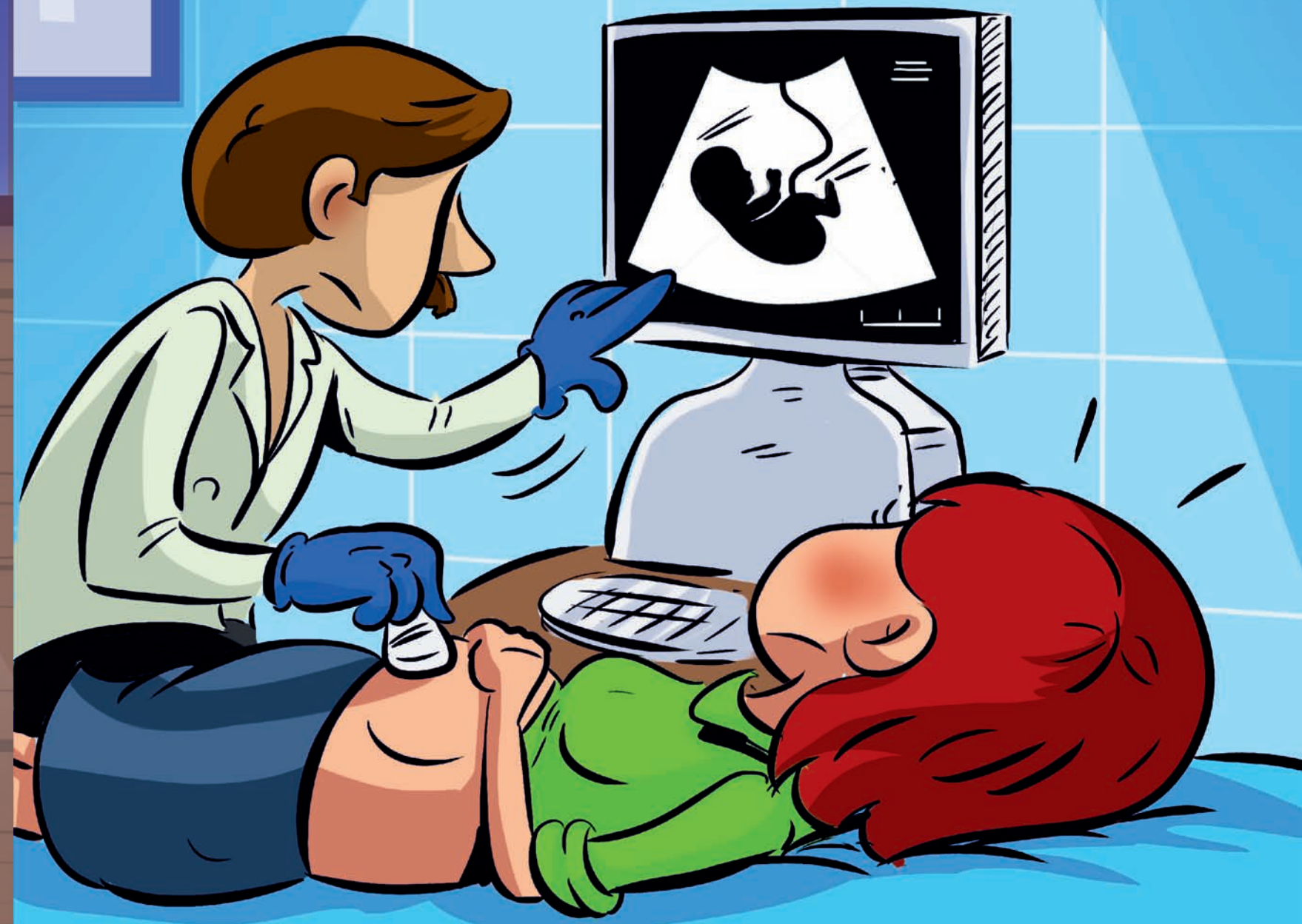
– Chciałabym się już pobawić ze Stasiem – powiedziała Basia.

– I ja – dodał Jaś.

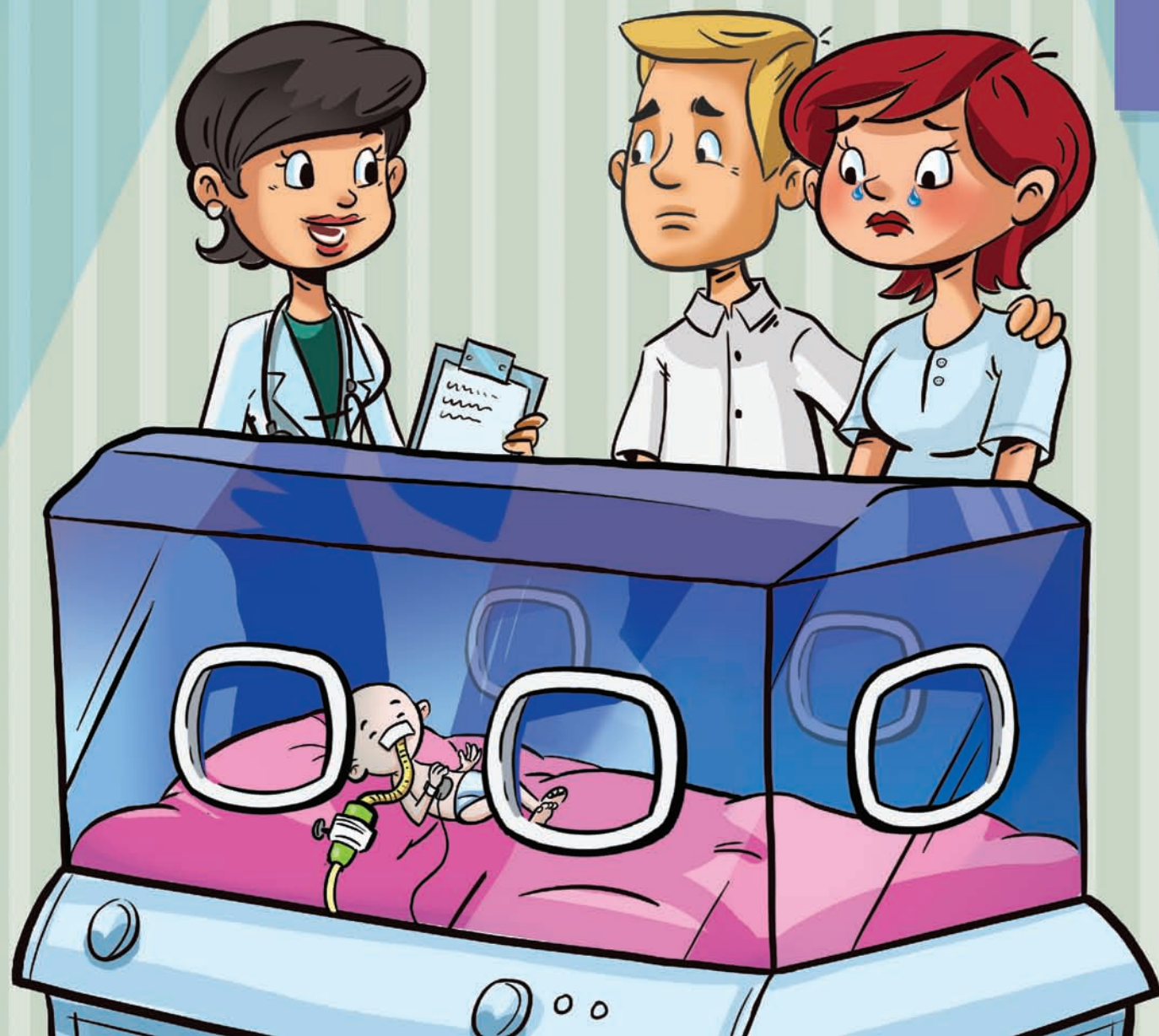


Rodzice przyjechali do szpitala. To tu codziennie rodzi się wiele małych dzieci. Tutaj panie położne i lekarze codziennie dbają o swoich pacjentów. Ty też kiedyś się tam urodziłeś. Pan doktor bada mamusię.

– Niestety, Państwa maleństwo za bardzo się do nas spieszy. Musimy zabrać Panią na salę operacyjną.



- Boże, jaki on maleńki! – mówi tata.
- Pani doktor, czy nasz synek będzie zdrowy? – pyta zapłakana mama.
- Zrobimy wszystko, żeby pomóc Stasiowi nabrać sił, proszę być dobrej myśli.
- ciepło powiedziała Pani doktor – Jednak Staś kilka tygodni będzie musiał zostać w szpitalu.
- Czy możemy być przy nim?
- Oczywiście, to ważne, by czuł bliskość rodziców.



- Nasz maleńki Staś już się urodził – mówi babcia
- Czy wszystko z nim dobrze? – pyta dziadzius.
- Czy możemy już się z nim pobawić? – pyta Basia.
- Basiu, Staś jest bardzo słabutki, ale dzielny. Pamiętasz bajkę o Superbohaterze? Staś to taki maleńki Superbohater – ma wiele mocy, jednak nie może ich używać bez ładowania energii. Teraz musi przebywać w takim urządzeniu, które da mu moc – nazywa się je „inkubatorem”.





Czy to moja wina,
że Staś się za szybko urodził?

Czy mamusia
już mnie nie kocha?

– Co to intu...coś? – pyta Jaś.

– Inkubator, złotko.

W inkubatorze jest Stasiowi ciepło, jak w brzuszku mamy,
w którym teraz powinien być. Często dzieci,
które za szybko przychodzą na świat, nie potrafią
jeszcze same oddychać.
W inkubatorze ma takie specjalne rurki,
które mu w tym pomagają.

– Jak to rurki? Nie rozumiem – mówi Basia.

– Przecież jak Zosi urodziła się siostrzyczka, to mama
po paru dniach była w domu. Gdzie jest mama?
Dlaczego Staś ma być w inkubatorze,
a siostra Zosi nie musiała?

– Jeśli dziecko posiedzi w brzuszku wystarczająco długo, aby być silne,
wychodzi z mamą ze szpitala po paru dniach. Staś niestety
nie ma aż tyle siły, musi naładować swoje moce
w inkubatorze i wtedy wróci z mamą do domu.

Myślę, że niedługo przyjdzie do nas tatuś i przyniesie zdjęcia.
Wtedy zobaczycie braciszka – powiedziała babcia.

— Jak to, zobaczymy zdjęcia? To nie zobaczymy go sami?

Nie możemy do niego pójść? A co się dzieje z mamą? — pyta Basia.

— Ja chcę do mamusi — płacze Jaś.

— Rozumiem skarbie, jednak mamusia musi teraz być w szpitalu.

Na pewno będziesz mógł z nią rozmawiać przez telefon.

— A dlaczego nie możemy iść do Stasia? — dopytuje Basia.

— Staś jest malutki, ale są stworki o wiele mniejsze od niego. Bardzo złe, małe potworki, przez które można zachorować — nazywamy je bakteriami i wirusami.

Wy jesteście już duzi, więc potraficie się przed nimi obronić, ale Wasz braciszek — nie. Niestety nie możecie do niego przyjść, żeby nie przynieść mu niebezpiecznych stworków. Jednak jak będzie nieco większy i naładuje moc w inkubatorze, jak superbohater

— rodzice go do nas przyniosą — wytłumaczyła babcia.

— Jednak nawet wtedy, gdy będziecie chcieli go przytulić, będziecie musieli dokładnie umyć ręczki — dodał dziadziuś.





– A dlaczego mamusia nie może przyjść teraz do domu? – pyta Basia.

– Staś potrzebuje pomocy lekarzy i pielęgniarek, oni wszyscy nad nim czuwają i z pewnością bardzo pomagają w naładowaniu mocy. Kiedy wy jesteście chorzy, zawsze jest przy was mamusia, pomaga, czyta i leczy, prawda? Teraz Staś potrzebuje pomocy mamusi, bez niej nie uda mu się naładować mocy w pełni i nie będzie tak silny, jak wy. Lubicie przytulać się do mamy? Wcześniaki też. Bardzo potrzebują tego przytulania, nazywa się je kangurowaniem.

– To mama jest teraz kangurem? – pyta Jaś.

– Mama kangur! Mama kangur!

– Mamusia za kilka dni na pewno przyjdzie do domku, ale każdego dnia będzie jeździła do Stasia – dodał dziadzius.

– Mama kangur! – dalej wołał Jaś.

– No dobrze, kochani. To był ciężki dzień.
Raz, dwa do łóżek!

— Dzień dobry kochani! Jak humorki? Gotowi do przedszkola?

— Dzień dobry! Tak babciu, ale... gdzie mamusia?!

Dlaczego nie ma jej w domu? Czy już nas nie lubi?

— Och, kochanie, wiem, że bardzo tęsknisz za mamusią. Mamusia bardzo Was kocha i też tęskni za wami. Jednak jest słaba po urodzeniu Stasia i musi zostać kilka dni w szpitalu.

— A ja chcę się do niej przytulić — powiedział Jaś.



— Tato, tato, tato!

— Dzień dobry moje słoneczka!

Ojej, a co tu się stało? Czemu moja królowna płacze?

— Bo chcę do mamy. A masz zdjęcia Stasia?

— Oczywiście. Muszę umyć ręce i zaraz pokażę Wam braciszka.



— Jakie pyszne śniadanie — powiedział tata.

— Tato — zapytał Jaś — a możemy zobaczyć Stasia? Kiedy do nas przyjdzie?

Miał się ze mną bawić. Już w pokoju przygotowałem całą moją kolekcję samochodzików, a jego nigdzie nie ma.

— Oczywiście, że możecie zobaczyć zdjęcia Stasia, już wam pokazuję. Ale zanim zacznie się z wami bawić, minie duuużo czasu.



— Ale... jak to? Czemu on jest taki mały, siny i chudy? Nie wygląda jak prawdziwy bobas! I przez niego nie ma mamy! Wy mnie nie kochacie! Jego wybraliście! — rozplakała się Basia.

— Myszczyko, jesteś naszą ukochaną córeczką! Basiu, Jasiu, Kochamy was tak mocno, jak stąd do końca świata. Teraz Staś jest bardzo słaby i potrzebuje naszej pomocy. Mamusia bardzo się martwi o Stasia i o was, jednak musi być w szpitalu. Lekarze mówią, że jest coraz lepiej, ale potrzebujemy jeszcze czasu.



- Dzieci, spóźniecie się do przedszkola!
- dziadek Marek wrócił ze spaceru z psem.
- Dobrze... już idziemy dziadku
- odpowiedzieli chórem.

Dzieciom trudno jest się rozstać z tatą.

- Tatusiu, powiedz mamusi,
że ją kochamy i tęsknimy.

I Stasia też kochamy — powiedziała Basia.



Dzisiaj jest wielki dzień. Staś wychodzi ze szpitala.
Od rana babcia rozmawiała z dziećmi na temat mycia rącek przy Stasiu.

- Czyli będę się mógł z nim w końcu bawić! — pomyślał Jaś.

Rozległo się pukanie do drzwi.

- Ooo, ktoś przyszedł – dzieci, otworzycie?
- zapytała babcia.



— MAAAMAAA!!! — dzieci zaczęły krzyczeć z radości i kierować rączki w stronę Stasia.

— Ciiiiiii! — babcia uciszyła rodzeństwo.

— Dzieci, rozmawialiśmy o tym, że nie można krzyczeć, a rączki trzeba dokładnie umyć.

— Tak... przepraszamy — dzieci się zawstydzily.

— Boże, jak ja się za Wami stęskniłam! — westchnęła mama.

— A my za Tobą! Czy możemy się już mocno przytulić? — zapytała Basia.

— No pewnie! — powiedziała wzruszona mama.

— Mamo, czy już mogę iść po samochodziki? On miał się ze mną bawić...

— Kochanie, Staś jest jeszcze za malutki.

AAAAA, AAAAA, AAAAA!!! — rozległ się dźwięk przypominający alarm bombowy.

— Oooj, maleńki, już, ciii, ciii — powiedziała mamusia i przeszła do pokoju, gdzie stało wcześniej kupione łóżeczko.

— Już idę kochanie, tylko umyję ręce — rzucił tata.

— Czyli nawet jak jest w domu, zabiera nam rodziców — pomyślała Basia.

— Nie rozumiem. Miał się bawić, a on płacze — pomyślał Jaś.





– I jak Wam się podoba braciszek?
Malutki, prawda? – spytała babcia.

– Tak... a miał się ze mną bawić.
Przygotowałem wszystkie
swoje samochodziki
– powiedział zawiedziony Jaś.

– A ja mam wszystkie kokardki i sukienki
na wierzchu, żeby mu pokazać
– powiedziała równie smutno Basia.

– Kochani, będziecie się mogli bawić
z braciszkiem, tylko dajcie mu
jeszcze trochę czasu.
Pamiętacie, jak mówiłam o mocach?

– Tak, ale miał je naładować w inkubatorze!
– krzyknęła zrozpaczona Basia.

– Tak Basiu. I naładował. Jednak wciąż jest
maleńki i potrzebuje duuużo spokoju i opieki.
Jak podrośnie, będzie się z wami bawił.

– Ojej... to nie tak miało być – powiedziała Basia.

– Wiem kochanie, ale uwierz mi, że będzie lepiej.
Tylko potrzeba trochę czasu.

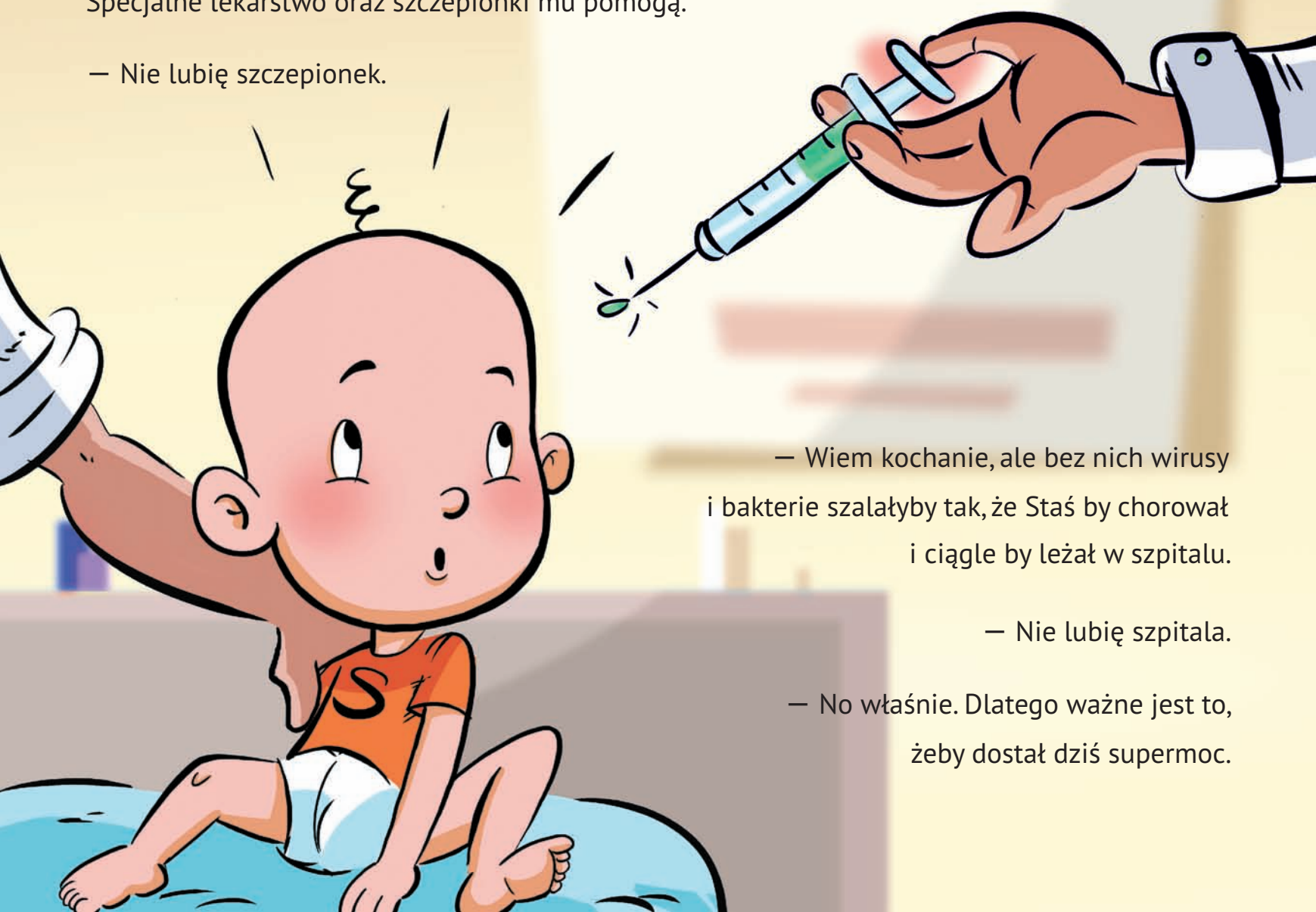
– Mamo, dokąd idziesz?

– Dziś idziemy ze Stasiem do przychodni. Pani doktor oceni, jak rośnie, jak oddycha, czy prawidłowo się rozwija i jeśli wszystko będzie dobrze, dostanie lek, żeby zwiększyć jego supermoc.

– Ojej, dlaczego?

– Bo Staś sam nie umie się bronić przed stworkami-wiruskami. Specjalne lekarstwo oraz szczepionki mu pomogą.

– Nie lubię szczepionek.



– Wiem kochanie, ale bez nich wirusy i bakterie szalałyby tak, że Staś by chorował i ciągle by leżał w szpitalu.

– Nie lubię szpitala.

– No właśnie. Dlatego ważne jest to, żeby dostał dziś supermoc.

– Stasiek, oddaj, to moje! – krzyczy Jaś.

– A właśnie, że moje! – woła Staś.

– Jasiu, Stasiu, nie kłóćcie się!

– prosi mama.



– Mamo, a pamiętasz, jaki był mały i słaby, a teraz to taki duży Superbohater!

– mówi Basia.

– Wiesz, każdy z nas jest Superbohaterem, bo przeszliśmy razem bardzo trudne chwile

– powiedziała mama.

– Ale już jest dobrze – powiedział tata.

– Jak ja was kocham!

– zawołała mama.

abbvie

Patroni:



SZKOŁA RODZICA
WCZEŚNIAKA

Koalicja dla
wczesniaka

