

Enneaegse vastsündinu toitmine



Patsiendi info

Selle infolehe eesmärk on anda enneaegse lapse vanematele praktilisi nõuandeid ja soovitusi vastsündinu toitmise kohta.

Enneaegset last hakatakse pärast sünnitust toitma kohe, kui seda võimaldab lapse seisund. Alates 32.–34. rasedusnädalast on enamik enneaegseid lapsi võimelised imema rinnast. Kui rinnast toitmisega on raskusi, tuleks enneaegset last toita tassist või süstlast (vajadusel ka sondist) suhu tilgutades. Sellise toitmisviisi puhul kulutab enneaegne vastsündinu energiat vähem kui rinnast imedes. Et vastsündinu omandaks õige imemistehnika, soovitame võimalusel vältida tema toitmist pudelist.

Enneaegset last toites **eelistage alati rinnapiima!** Enneaegse lapse ema rinnapiim sisaldab tavalisest rohkem valku. Just seda enneaegselt sündinud laps intensiivseks kasvuks vajabki.

Kui toidate enneaegset last rinnaga, kontrollige kindlasti lapse imetud rinnapiima hulka. Selleks kaaluge last igal teisel toidukorral nii enne kui ka pärast toitmist. Nii saate teada, kas laps

saab piisavalt piima ning kas talle on vaja juurde anda enneaegsetele mõeldud kunsttoitu.

Kui enneaegne laps peab sööma kunstlikku toitu, andke talle kindlasti spetsiaalset **enneaegsete laste piimasegu**.

Sügavalt enneaegsete laste puhul lisatakse rinnapiimale rinnapiimariikastajaid, et tagada vajalik kogus lisaenergiat, valku, mineraale ja vitamiine. Rinnapiim vajab rikastamist vähem kui 1500 g kaaluvate laste puhul. Rikastatud rinnapiimaga tuleb last toita vastavalt vajadusele

- tavaliselt kuni ta saavutab kehakaalu 2,5–3 kg.

Eestis on saadaval ja kompenseeritakse järgmised enneaegsete laste piimasegud ja rinnapiimariikastajad:

- piimasegud Nenatal ja PreNAN,
- rinnapiimariikastaja Aptamil FMS FM 85.

Neid tooteid väljastatakse retsepti alusel apteegist.

Enneaegse lapse **toitmise rütm ja toidukogused** sõltuvad sellest, mitmendal rasedusnädalal on laps sündinud ja kui suur on olnud tema sünnikaal. Mida suurem on lapse sünnikaal, seda suuremad on toidukogused. Tervel enneaegsel lapsel sünnikaaluga 1,8–2,5 kg on esialgne toiduhulk sündimise päeval 5–10 ml ning last toidetakse iga 2–3 tunni järel. Väga unist ja pidevalt magavat last tuleb umbes iga 2–2,5 tunni tagant üles äratada ning sööma ergutada.

Terve enneaegse lapse toidukogust tõstetakse pidevalt ja järgmisel päeval on toidu hulk ühel toidukorral 15–20 ml, ööpäevane

toidukogus seega 125–140 ml. Viendal elupäeval on vajalik ööpäevane toidukogus juba 280–315 ml.

Kui laps sööb sageli, on ühekordne toidukogus väiksem. Pikemaid pause pidav laps peab ühe toidukorraga sööma suurema koguse.

Enneaegse lapse esialgne füsioloogiline kaalulangus on suurem kui õigeaegselt sündinud lapsel. 32.–36. rasedusnädalal sündinud lapse **kaaluiv**e peab olema 15 g ööpäevas ehk 450 g kuus.