

Mga Espesyal na Isyu sa Kapanganakan

Maaga sa Panahong Pagle-labour

Ang isang sanggol ay “maaga sa panahon” kung siya ay ipinanganak bago ang 37 kumpletong mga linggo ng pagbubuntis. Ang mga sanggol na maaga sa panahon ay mas malamang na magkaroon ng mas matagal na pananatili sa ospital at maaaring magkaroon ng mga problema sa:

- paghinga
- pagpapanatili ng temperatura sa katawan
- pagsupsop at paglunok
- mababang asukal sa dugo
- impeksyon
- pagkapasa at pagdudugo
- jaundice (naninilaw na balat)

Ang mga sanggol na ipinanganak na masyadong maaga ay mas malaki rin ang posibilidad kaysa sa mga buong terminong sanggol na magkaroon ng mga panghabang buhay na problema na nauugnay sa paningin, paghinga, paglalakad at pag-aaral.



KUWENTO NG PAMILYA

Ang aming anak na babae ay ipinanganak ng 34 linggo sa pamamagitan ng caesarean seksyon. Ang asawa ko ay talagang nagkaroon ng alta presyon at ang sanggol ay nai-istres. Siya ay ipinanganak na napakaliit -salamat na lang – malusog. Ngunit ito ay isa sa mga pinaka nakakatakot na mga bagay na aming pinagdaanan.

Pagbabawas ng iyong panganib

Ang maaga sa panahong pagle-labour ay maaaring mangyari sa sinuman. Ang sanhi ay madalas hindi nalalaman. Ngunit ang iyong pagkakataon ng maaga sa panahong pagle-labour ay mas mataas kung ikaw ay nagkaroon na ng isang maaga sa panahong sanggol o ikaw ay nagdadala ng mga kambal o tatlong magkakakambal. Kung ikaw ay mayroong isang impeksyon sa pantog o bato, o isang kondisyong medikal tulad ng mataas na presyon ng dugo o diyabetis, ang iyong panganib ay nadagdagan din.

Maaari mong mabawasan ang iyong panganib ng pagkakaroon ng isang maaga sa panahong pagle-labour sa pamamagitan ng:

- regular na pagpapatingin sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan
- pagkain nang mahusay
- pakikipagtulungan sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan upang huminto o bawasan ang paninigarilyo, pag-inom at paggamit ng droga
- paghingi ng tulong kung ikaw ay inabuso (tingnan ang [Estilo ng pamumuhay](#))
- paglilimita ng iyong araw ng trabaho sa 8 oras at paghahanap ng oras upang magpahinga
- paggagalugad ng mga paraan upang mabawasan ang iyong stress
- pagsusuot ng iyong sinturon sa upuan na may sinturon sa kandungan sa ilalim ng iyong sanggol at ng sinturon sa balikat sa ibabaw ng iyong dibdib



HUMINGI NG PANGANGALAGA

Kontakin ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o pumunta kaagad sa ospital kung mayroon ka ng mga sumusunod na palatandaan ng maaga sa panahong pagle-labour:

- isang pagtulo o pagbulwak ng likido o pagdudugo mula sa iyong ari na hindi humihinto pagkatapos pumunta sa banyo
- mga sakit ng tiyan o masasamang pulikat na hindi naalis
- hindi karaniwang pagsakit ng likod o presyur
- mga kontraksyon na hindi naalis kapag ikaw ay naglalakad, nagpapahinga o nag-shower ng mainit-init na tubig
- isang pakiramdam na parang may isang bagay na hindi tama



Mga Maaga sa Panahon at Mababang Timbang na mga Sanggol

Ano ang isang maaga sa panahong sanggol (“preemie”)?

Isang sanggol na ipinanganak bago ang 37 linggo.

Ano ang isang mababang timbang na sanggol?

Isang sanggol na tumitimbang ng mas mababa sa 2½ kg (5½ lb) sa kapanganakan.

Mas maagang ipanganak ang iyong sanggol, mas magiging mababa ang kanyang timbang at magkakaroon siya ng mas maraming mga problema sa kalusugan. At bagaman ang isang-katlo ng mga sanggol na mababa ang timbang ay ipinanganak sa buong termino, madalas na mayroon silang ilang mga parehong isyu tulad ng mga sanggol na maaga sa panahon.



ALAM MO BA

Ang mga sanggol na mayroong maraming pisikal na kontak sa isang tagapagbigay ng pangangalaga ay mas mabilis lumaki kaysa sa mga sanggol na wala nito. Ang lahat ng mga sanggol – kahit na sila ay nasa isang incubator – ay kailangang mahawakan, mahaplos at makausap hangga’t maaari.



PANGANIB

Ang maaga sa panahon at mababang timbang na mga sanggol ay nasa mas mataas na panganib para sa kamatayang nauugnay sa pagtulog (tingnan ang [Pagtulog](#)). Makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa kung paano gawing ligtas ang pagtulog ng iyong sanggol hangga’t maaari.

Ano ang maaasahan

- Maaaring kailanganin ng iyong sanggol na pumunta sa nursery ng espesyal na pangangalaga ng ospital pagkatapos na siya ay ipanganak. Sa lalong madaling panahon na makakaya mo, hawakan siya nang balat-sa-balat na kontak (“kangaroo care”).
- Ang mga maliit na sanggol ay maaaring hindi handang mapakain kaagad, ngunit sa pamamagitan ng oras at suporta, sila ay magiging handa. Pansamantala, pigain o bombahin ang iyong gatas nang madalas at maaga - sa loob ng unang oras, kung posible - upang maitatag ang iyong panustos na gatas (tingnan ang [Pagpipiga ng Iyong Gatas](#)).
- Maaaring kailanganin ng iyong sanggol ang isang upuan sa kotse na ginawa para sa mga sanggol na mababa sa 2½ kg (5½ lbs). Sa isang regular na upuang sanggol, ang kanyang baba ay maaaring mahulog, na hinaharangan ang kanyang paghinga.

Ano ang pangangalagang kangaroo (kangaroo care)?

Paghawak sa iyong sanggol ng balat-sa-balat sa iyong dibdib upang marinig niya ang tibok ng iyong puso, maramdaman ang iyong paghinga, at pagpapasuso.



Kambal, Tatlong magkakakambal at Higit pa

Ano ang maaasahan

- Ang iyong mga sanggol ay maaaring maipanganak sa ari o sa pamamagitan ng caesarian, depende sa kanilang posisyon, kung mga ilang linggo na sila, at kanilang kalusugan.
- Ang pagpapasuso nang maaga at madalas at pagsusubok ng iba-ibang mga posisyon ay makakatulong sa iyong gumawa ng sapat na gatas (tingnan ang [Pagpapasuso sa Iyong Sanggol](#)).
- Huwag mag-atubiling humingi ng tulong sa sandaling makauwi sa bahay.



KUWENTO NG PAMILYA

Noong una, natakot akong hawakan ang aking anak na lalaki. Siya ay napakaliit at nakakonekta sa napakaraming mga tubo. Natuto akong magtanong ng mga katanungan at magtuon sa bawa’t pagpapabuti, gaano man kaliit.



MGA KAPAREHA

Ano ang Magagawa Mo

Kung ang iyong sanggol ay dinala para sa espesyal na pangangalaga pagkatapos ng kapanganakan, samahan mo siya sa nursery at makilahok sa kanyang pangangalaga. Maaaring ipakita sa iyo ng nars kung paano palitan ang kanyang lampin, hawakan siya nang balat-sa-balat at tulungan siyang maisaayos.