



כאב אצל תינוקות



תכנית "אם לאם" מנוהלת במסגרת המרכז לחקר וקידום בריאות האישה אוניברסיטת בן-גוריון בנגב

טלפון: 08-6477562/3
פקס: 08-6472877
womcen@bgu.ac.il

כל מידע בעלון זה ניתן כשירות בלבד מטעם "אם לאם" ואינו מהווה המלצה רפואית או אחרת, אלה יעשו לאחר בדיקה על ידי אנשי מקצוע.
ערה ומתבה: מטי טלמון אחות מוסמכת, בעלת התמחות בבריאות הציבור ובחדירה קלינית, מנהלת מזה שנים פורום אינטרנט העונה על שאלות בנושאי בריאות תינוקות.

לסיכום

תינוקות, עוד בטרם נולדו, רגישים לכאב. שימוש באמצעים פשוטים וזמניים יכול לסייע בהפחתת כאב אצל תינוקות: הנקה, מציצת מוצץ, מגע עור בעור של האם והתינוק, שימוש במשחה מאלחשת, מתן תמיסת סוכר (או ממתק לגדולים יותר). כל אלה יוצרים השפעה מרגיעה ומרפה. מעורבות ההורים משפיעה גם היא על התנהגות התינוקות שלהם. לכן, התנהגות רגועה ובטוחה, הסחות דעת והומור עשויים להפחית את מצוקת התינוק.

קיימות תרופות לשיכוך כאבים המתאימות לסוגים שונים ולשלבים שונים של כאב. תרופות אלה ניתנות במינון המתאים לגיל ולמשקל התינוק. לכן, כאשר תינוק סובל מכאב חשוב לזכור שלתינוקות יש זיכרון לכאב ואין לדחות את הטיפול בו.

התנהגות ההורים לתינוק או פעוט הסובל מכאב

הורים הם מדד טוב ורגיש לשינוי שחל אצל התינוק בעקבות הכאב ולכן הצוות הרפואי נעזר פעמים רבות בהורים. התנהגות ההורים משפיעה על התנהגות הילדים ולכן הרגעה מוגזמת, ביקורת או עמדת התנצלות מעלים את המצוקה אצל התינוק או הפעוט בעת הטיפול המכאיב. הגישה של ההורים צריכה להיות עניינית, תומכת ולא מתנצלת, שקטה, מרגיעה ומלטפת.

הומור מתאים והסחת הדעת, כגון: הקראת סיפור, הסדרת נשימות רגועות, הפרחת בועות סבון וכו', עשויים להפחית את המצוקה. במידת האפשר, בקשו שתינתן לכם פרטיות במהלך הטיפול בתינוק, כדי שתוכלו ליצור סביבה רגועה ולהתרכז בטיפול בתינוק.

הישארו עם ילדכם בכל משך הטיפול הרפואי, גם בעת בדיקות וטיפולים מכאיבים. ניתוק התינוק מהוריו, אפילו לזמן קצר, עלול להגביר את החרדה.



כאב אצל תינוקות

מילון אבן-שושן מגדיר כאב כ"מחוש גופני קשה הכרוך בצער, סבל גופני מחמת מכה, פצע, מחלה...". בעבר חשבו שתינוקות אינם חשים כאב של דקירות עד להגיעם לגיל שלושה חודשים. טענה זו קיבלה, כביכול, חיזוק פיזיולוגי המסביר את התופעה בחוסר מיאלין (מיאלין הוא חומר העוטף את העצבים ומוביל אותות עצביים למוח) האופיינית לתינוקות. השינוי שחל, לפיו תינוקות, פגים ואפילו עוברים חשים כאב, נובע מהצטברות ידע רב אודות המבנה האנטומי של העצב. כיום יש מודעות גבוהה יותר בכל הקשור לסבלם של ילדים ותינוקות והדרכים להתמודד עם סבל זה. אם בעבר סברו שניתן "לחשל" תינוקות על ידי השאתם בכאבם במחשבה שאינם סובלים, היום ידוע כי תינוקות זוכרים כאב ואין להשאירם ללא מענה נאות לכאבם.

תינוקות וילדים שעדיין אינם מדברים, אינם יכולים לדרג את הכאב שלהם. לכן בנו טבלאות של נתונים פיזיולוגיים (כמו לחץ דם, דופק וכדומה) ונתונים התנהגותיים הכוללים:

- היכולת לישון
- בכי
- הבעות פנים: כגון, סגירת עיניים חזקה בזמן בכי ושינוי בצורת המצח והגבות
- תנועות גוף: כגון, מתיחת הגב אחרנית ותנועות של הגפיים

באמצעות נתונים אלה מנסים לכמת את עוצמת הכאב.

שימוש באמצעים פשוטים וטבעיים כמונעי כאב

ישנם מספר אמצעים פשוטים וטבעיים המסייעים להתמודדות עם הכאב:

1. ביצוע בדיקות או זריקות לתינוק תוך כדי הנקה. חלב אם מכיל רמות גבוהות של אנדורפינים (משככי כאב טבעיים) בעיקר בימים הראשונים לאחר הלידה. עם זאת, הנקה תוך כדי בדיקה כואבת שנויה במחלוקת כיוון שיש הטוענים שהתינוק עשוי לקשר את ההנקה עם כאב. לכן, האם יכולה להניק את התינוק קצת לפני מתן הטיפול ו/או קצת אחריו, כך שההנקה לא תתקשר עם הכאב ועדיין תשמש כמקור הרגעה.
2. מגע עור בעור של האם והתינוק. נמצא כי למגע כזה יש השפעה מרגיעה ומרפה על התינוק ועל האם.
3. שימוש בתמיסת סוכרוז מיד לפני ביצוע הבדיקות/זריקות. הסוכרוז הוא ממתק זמין (דומה לסוכר רגיל) ואפילו בכמות מזערית של חצי סמ"ק, יכול לגרום להפרשת משככי כאב טבעיים (אנדורפינים) אצל התינוק. לשימוש בתמיסת סוכרוז אין סיכונים או תופעות לוואי.
4. ביצוע בדיקות או זריקות תוך כדי מציצה שלא לצורך הזנה (לדוגמא-מוצץ). המציצה יוצרת מכניזם מרגיע המפחית את הכאב בזמן זריקות או בדיקות.
5. מוסיקה קלאסית וקולות שירה רכים. מחקר בקנדה מצא שמוסיקה קלאסית ושירה רכה מפחיתים כאב אצל תינוקות בני יומם וכן אצל פגים.
6. משחה מאלחשת. ישנן משחות המכילות חומר המונע את מעבר אותות הכאב למוח המבוססות על חומר ההרדמה לידוקאין. משחות אלה מפחיתות משמעותית את הכאב הכרוך בדקירה של העור, אך החיסרון שלהן הוא שלוקח לפחות שעה עד לקבלת ההשפעה. משחה מאלחשת ולחץ מקומי באזור הדריקה מקטין את הכאב. שיטות אלה אינן פולשניות, זולות, ואין להן תופעות לוואי. לפני כל שימוש במשחה מאלחשת יש להיוועץ ברופא.

*שילוב של מספר טכניקות גם יחד עשוי לסייע לנטרל, כמעט לגמרי, את הכאב אצל תינוקות בעת ביצוע הבדיקות/זריקות.

בדיקות לאחר הלידה

לפי הוראות משרד הבריאות, מיד אחרי הלידה, התינוק מקבל זריקה של ויטמין K וחסיון לצהבת B. כמו כן, עוברים התינוקות הטריים בדיקות דם לטובת ביצוע אבחון מוקדם של שתי מחלות: תת-פעילות בלוטת התריס ופניל-קטוריה PKU ובדיקות מטבוליות נוספות. אלו נעשות על ידי דקירה באזור העקב של התינוק, ומלוות בתחושה של כאב. אפשר להפחית את הכאב, על ידי שימוש באחת או יותר מהטכניקות שפורטו לעיל.

ברית מילה

המילה היא הפעולה הניתוחית הנפוצה ביותר ולכן מהווה לחוקרים דגם לבדיקת תגובות הכאב. תינוקות נימולים לוקים בהפרעות קצרות-טווח בהתנהגות, מפתחים שינוי בדפוסי השינה, האכילה והבכי. ברית המילה נעשית מסיבות דתיות, אולם הידע הרפואי עשוי להצדיק את ביצועה גם מסיבות רפואיות. היתרונות הרפואיים בביצוע המילה בילוד:

- שכיחות סרטן הפין יורדת באופן ניכר
 - השכיחות לזיהומים בדרכי השתן וסיבוכים עקב כך יורדים פי 9 מילדים שלא נימולו
 - השכיחות של מחלות זיהומיות המועברות במגע מיני יורדת
- הסיבוכים האפשריים בברית מילה עשויים להיות דימומים, זיהומים ונזקים אנטומיים לפין.

מצעור הכאב לילוד בברית המילה

כיום קיימות דרכים שונות להפחתת ושיכוך הכאב לילוד בעת ביצוע הברית ואחריה:

האכלה: האכלת התינוק כשעה לפני המילה ואחריה. מתן ספוגית או מוצץ עם טיפת יין מתוק, מיץ ענבים או מי סוכר בשעת הברית ולאחריה.

משככי כאבים כתרופה דרך הפה: מתן משכך כאבים כחצי שעה לפני הברית.

משחות להרדמה מקומית: מריחת משחה מאלחשת כשעה לפני הברית. לפני השימוש במשחה מאלחשת יש צורך להיוועץ ברופא.

מה נדרש מן המוהל?

הסמכה, סטריליזציה, עמידה בזמנים, ביקורי בית: הדרכה לקראת הברית וביקור לאחר הברית.

מראה איבר המין לאחר הברית

אחרי הברית, אזור העטרה באזור החיתוך לבן-צהוב. זוהי שכבת פיברין, זו אינה מוגלה, אינה מלווה בחום והיא תעלם תוך שבועיים.

אזור העטרה אדום ונפוח ומסביב לעטרה יש מין צמיג עור לא סימטרי שיעלם תוך חודשיים.

גוון כחלחל של העטרה שכיח בתינוקות ונעלם לאחר מספר חודשים עם גדילתם. כתם כהה בדמוי שטף דם בתת עור בבסיס הפין הוא מדקירת ההרדמה למי שבוצעה כזו בדריקה, נעלם כעבור 10 ימים.