

Članci

# Izazovi roditelja i prilagodba okoline u skrbi za „palčiče“

27 listopada, 2025

Iako je ulazak u roditeljstvo sam po sebi izazovan, uz prijevremeno rođenje postaje za nekoliko grama i teži.

Roditelji „palčiča“ od prvog dana uče da ljubav, strpljenje i hrabrost dolaze u neočekivano malim razmjerima. No s njima dolazi i niz novih pitanja: kako organizirati skrb i kako uopće izgleda život s bebom koja je, do jučer, disala uz pomoć stroja?

Kad se vrata bolnice zatvore, počinje **najzahtjevnije razdoblje** – ono u kojem obitelj preuzima ulogu glavnog tima za skrb, a dom postaje mali rehabilitacijski centar, sigurno utočište i škola roditeljstva u isto vrijeme.

Iako se neki „palčiči“ nakon izlaska iz bolnice nastave razvijati urednim tokom, prvi mjeseci gotovo uvijek prolaze pod **posebnim povećalom** – uz češće kontrole i oprez. Ne mora svaka obitelj imati više izazova od onih koji prate terminsko dojenje, ali u velikom broju slučajeva razdoblje nakon otpusta donosi dodatne brige i prilagodbe.

## Između radosti i nesigurnosti

Dolazak kući donosi olakšanje, ali i novu dozu straha. Bez stalne prisutnosti liječnika i medicinskih sestara, roditelji se odjednom osjećaju **prepušteni sami sebi**. Često ne znaju što je „normalno“, a što zahtijeva poziv pedijatru. Mnogi opisuju osjećaj kao da ponovo uče biti roditelj, samo ovaj put pod povećalom.

Roditelji uče o **specifičnostima hranjenja** (dohrana, bočice s posebnim nastavcima, fortifikacija mlijeka), **praćenju disanja i saturacije**, kao i o **opasnostima infekcija** koje za „palčiče“ mogu biti ozbiljnije nego za djecu rođenu u terminu.

Hranjenje traje dulje, dijete se brže umara, a svaka promjena u disanju ili boji kože budi sumnju. Roditelji uče o praćenju temperature, redovitom vaganju, sterilizaciji bočica, ali i o tome kako prepoznati umor, glad ili stres kod djeteta koje još ne može jasno iskazati sve potrebe. Za mnoge to znači život „u **pripravnosti**“, uz **stalnu želju da ne propuste ništa važno**.

## Kućno okruženje koje mora postati sigurno utočište

Briga o „palčiču“ često zahtijeva **prilagodbu prostora**. Dijete koje je dulje boravilo u inkubatoru osjetljivije je na svjetlo, buku i promjene temperature. Zato roditelji nastoje stvoriti **mirno i toplo okruženje** – prostor bez naglih zvukova, s prigušenim svjetlom i pažljivo reguliranom temperaturom.

**Higijena** postaje prioritet: češće pranje ruku, ograničeni posjeti, izbjegavanje većih okupljanja. Iako su te mjere često nužne, one mogu dodatno pojačati osjećaj izolacije. Zato je važno podsjetiti – „sterilno“ okruženje ne znači i emocionalno hladno. Djetetu su, uz sigurnost, jednako potrebni dodir, glas i blizina roditelja.

## Između njege i svakodnevnog života

Roditelji „palčiča“ često se suočavaju s izazovom kako uskladiti skrb s ostatkom obveza – **radnim, obiteljskim i financijskim**.

Česta putovanja na kontrole, terapije i specijalističke preglede znaju biti iscrpljujuća, osobito kada jedan roditelj mora ostati kod kuće s djetetom, a drugi se vraća na posao.

Majke koje su proživjele stresan porod i dug boravak u bolnici ponekad trebaju duži oporavak i psihološku podršku, no to nije uvijek prepoznato.

Očevi, s druge strane, često pokušavaju održati ravnotežu između posla i obitelji, što nije lako u situacijama kada dijete zahtijeva dodatnu njegu i pažnju.

Roditelji uče **nositi odgovornost za zdravlje svog djeteta**, dok istovremeno pokušavaju **zadržati osjećaj normalnosti**. Planiranje svakog dana, raspored hranjenja, lijekova, terapija – sve to postaje rutina koja traži mnogo energije, ali i prilagodbe cijele obitelji.

## Uloga stručnjaka u svakodnevnom životu obitelji

Roditelji „palčiča“ rijetko ostaju bez kontakta sa zdravstvenim sustavom. Redovite kontrole, programi rane intervencije i praćenje razvoja traju mjesecima, ponekad i godinama.

Na ovom putu liječnici i terapeuti postaju važni partneri. Upravo zato, roditelji trebaju dobro vodstvo, **konkretnu upute**, razumljiva objašnjenja nalaza i smjernice za ponašanje kod kuće.

Suradnja s patronažnim sestrama i savjetovalištim je iznimno važna. Patronažna služba, kada je dostupna, može pružiti dragocjenu podršku – pomoći roditeljima da se osjećaju sigurnije, uoče promjene na vrijeme i prepoznaju kada je nešto zabrinjavajuće, a kada nije.

Nažalost, pristup takvoj podršci nije uvijek **jednak**. U nekim sredinama patronažne posjete su rijetke, terapeuta također nema u blizini, a edukativni materijali su oskudni. To stvara **razliku** između obitelji koje dobivaju pravovremene informacije i onih koje se snalaze same.

## Šira mreža podrške

Skrb za „palčiča“ nije samo odgovornost roditelja. Šira obitelj, prijatelji, pa i radno okruženje trebaju razumjeti da je svakodnevica roditelja prijevremeno rođenog djeteta drukčija.

Često se radi o mjesecima pojačane opreznosti, smanjenih socijalnih kontakata i nepredvidivih promjena rasporeda.

**Okolina može pomoći jednostavnim stvarima** – razumijevanjem, praktičnom pomoći, bez nepotrebnog pritiska i uspoređivanja s drugima. Empatična okolina smanjuje stres i daje roditeljima osjećaj sigurnosti da nisu sami.

## Put prema samostalnosti

Kako dijete jača, roditelji polako uče prepustiti dio kontrole. Prvi boravci vani, prvi susreti s drugom djecom i slične situacije postaju mali, ali važni koraci prema normalizaciji života.

Roditelji prolaze proces prilagodbe jednako kao i dijete: od stalnog straha do povjerenja u vlastite sposobnosti i otpornost svog djeteta.

Iako put nije jednostavan, s vremenom skrb postaje manje tehnička, a više **intuitivna**.

Roditelji otkrivaju da iza svake tablice, termina i preporuke stoji jedno jednostavno pravilo – pratiti svoje dijete, njegovo ponašanje i ritam, jer svaki „palčič“ ima svoj put, koji ne treba uspoređivati s drugima.

**Ovaj članak je objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa za poticanje novinarske izvrsnosti.**

## Autor:

Bruna Bašić, mag.rehab.educ. et mag.cin., doktorandica neuroznanosti

## Izvori:

- Chervenak, F. A., McCullough, L. B., & Brent, R. L. (2010). The perils of the imperfect expectation of the perfect baby. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 203(2), 101–105.  
<https://doi.org/10.1016/j.ajog.2010.01.058>
- Stanojević, M. (2018). Škola roditeljstva, priprema nedonoščeta za otpust iz rodilišta. *Paediatrica Croatica*, 62(Suppl. 1), 80–85.

