

Protokol u radu patronažnih sestara za preventivne posjete trudnici i djeci uzrasta 0-4. godine života



**Protokol u radu
patronažnih sestara
za preventivne posjete
trudnici i djeci uzrasta
0-4. godine života**

RIJEČ AUTORKI

Autorke:

Dr Dragana Durković
spec. opšte medicine

Prim. dr Rajka Pajović
spec. pedijatrije

Dr Željka Ralević
spec. ginekologije i akušerstva

Mr Jadranka Miljanić
magistarka zdravstvene njege

Vesna Vukčević
patronažna sestra

Dr Iva Ivanović
spec. dječje i adolescentne psihijatrije

Ivana Popović
dipl. defektolog

Mr Milica Marković
magistarka zdravstvene njege

Dr Enisa Kujundžić
spec. higijene

Lektura:

Sanja Marjanović

Dizajn:

Ana Mitrović

Štampa:

Golbi Print

Poštovani/a,

Pred Vama se nalazi publikacija koja je nastala kao potreba za standardizacijom zdravstvenih usluga, ali je i logički slijed brojnih rezultata realizacije aktivnosti u okviru projekta Unapređenje rada patronažnih sestara u Crnoj Gori.

Takođe, u skladu sa Strategijom ranog razvoja djeteta u Crnoj Gori za period 2023–2027. godine, s Akcionim planom za period 2023–2024. godine, predviđeni su izrada Vodiča za rad patronažnih sestara i Protokol o postupanju za preventivne usluge.

Izradom ovakvih i sličnih dokumenata za pojedine procese biće ublažena moguća odstupanja u praksi medicinskih sestara.

Standardizacija svakodnevne prakse jača zdravstveni sistem, a jačanje sistema garantuje i poboljšava sigurnost, kvalitet i učinkovitost zdravstvenih usluga, a u konačnom zadovoljstvo pacijenata.

S tim u vezi radna grupa pripremila je Protokol postupanja za usluge koje se pružaju u okviru patronažne djelatnosti.

Ovaj Protokol namijenjen je patronažnim sestrama koje pružaju usluge polivalentne patronažne zaštite u zajednici, a koja je vrlo bitan i nezamjenljiv segment zdravstvenog sistema i neupitno unaprijeđuje kvalitet rada i učinkovitosti zdravstvenog sistema. Odnosi se na preventivne usluge trudnici i djeci uzrasta 0–4. godine života.

SADRŽAJ

1. POSJETA TRUDNICI SA ZDRAVSTVENIM VASPITANJEM

1.1. NJEGA I HIGIJENA	11
1.2. ISHRANA TRUDNICE	11
1.3. FIZIČKA AKTIVNOST I DNEVNI RITAM U TRUDNOĆI	11
1.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA	11
1.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU	12
1.6. PRIPREMA ZA RODITELJSTVO I PORODAJ	12
1.7. PRIPREMA ZA DOJENJE	12
1.8. DODATNE POSJETE I KONSULTACIJE	12

2. POSJETA BABINJARI SA ZDRAVSTVENIM VASPITANJEM

2.1. NJEGA I HIGIJENA NOVOROĐENČETA	15
2.1.1. Njega i higijena novorođenčeta	15
2.1.2. Njega babinjare	15
2.2. DOJENJE I ISHRANA	16
2.3. INTERAKCIJA, KOMUNIKACIJA I RANO UČENJE	16
2.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA	17
2.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU	17
2.6. IMUNIZACIJA I PREVENTIVNI PREGLEDI	17

3. POSJETA U PRVOJ GODINI ŽIVOTA

3.1. POSJETA ODOJČETU 1–3. MJESECA	20
3.1.1. Njega i higijena	20
3.1.2. Ishrana i dojenje	20
3.1.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje	20
3.1.4. Mentalno zdravlje roditelja	21
3.1.5. Dnevni ritam	21
3.1.6. Bezbjednost u okruženju	21
3.1.7. Imunizacija	21
3.2. POSJETA ODOJČETU 4–6. MJESECA	22
3.2.1. Njega i higijena	22
3.2.2. Ishrana i dojenje	22
3.2.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje	22
3.2.4. Mentalno zdravlje roditelja	23
3.2.5. Dnevni ritam	23
3.2.6. Bezbjednost u okruženju	23
3.2.7. Imunizacija i preventivni pregledi	23
3.3. POSJETA 7–9. MJESECA	24
3.3.1. Njega i higijena	24
3.3.2. Ishrana i dojenje	24

3.3.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje	24
3.3.4. Mentalno zdravlje roditelja	25
3.3.5. Dnevni ritam	25
3.3.6. Bezbjednost u okruženju	25
3.3.7. Imunizacija i preventivni pregledi	25
3.4. POSJETA 10–12. MJESECA	26
3.4.1. Njega i higijena	26
3.4.2. Dojenje i ishrana	26
3.4.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje	26
3.4.4. Mentalno zdravlje roditelja	27
3.4.5. Dnevni ritam	27
3.4.6. Bezbjednost u okruženju	27
3.4.7. Imunizacija i preventivni pregledi	27

4. POSJETA U DRUGOJ GODINI

4.1. ISHRANA I DOJENJE	29
4.2. NJEGA I HIGIJENA	29
4.3. INTERAKCIJA, KOMUNIKACIJA I RANO UČENJE	29
4.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA	31
4.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU	31
4.6. IMUNIZACIJA I PREVENTIVNI PREGLEDI	31
4.7. RITAM SPAVANJA, FIZIČKE AKTIVNOSTI, VRIJEME PROVEDENO PRED EKRAKOM I VRIJEME PROVEDENO SJEDUĆI	31
4.8. PRIPREMA ZA POLAZAK U PREDŠKOLSKU USTANOVU	31

5. POSJETA U ČETVRTOJ GODINI

5.1. ISHRANA	33
5.2. NJEGA I HIGIJENA	33
5.3. INTERAKCIJA, KOMUNIKACIJA I RANO UČENJE	34
5.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA	35
5.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU	36
5.6. IMUNIZACIJA I PREVENTIVNI PREGLEDI	36
5.7. RITAM SPAVANJA, FIZIČKE AKTIVNOSTI, VRIJEME PROVEDENO PRED EKRAKOM I VRIJEME PROVEDENO SJEDUĆI	36
5.8. PRIPREMA ZA POLAZAK U PREDŠKOLSKU USTANOVU	36

6. PRILOZI

7. LITERATURA

38

40

1. POSJETA TRUDNICI SA ZDRAVSTVENIM VASPITANJEM

Cilj posjete:

- Očuvanje i unapređenje zdravlja trudnice.
- Motivisanje i obuka trudnice za zdrave stilove života.
- Jačanje kapaciteta porodice za podržavajuće i njegujuće roditeljstvo.

Sadržaj posjete:

1. Njega i higijena
2. Ishrana trudnice
3. Fizička aktivnost i dnevni ritam u trudnoći
4. Mentalno zdravlje roditelja
5. Bezbjednost u okruženju
6. Priprema za roditeljstvo i porođaj
7. Priprema za dojenje

1.1. NJEGA I HIGIJENA

Aktivnosti i intervencija:

- Ukazati na značaj lične higijene i njege tijela u trudnoći.
- Objasniti pravilan način održavanja higijene i njege tijela.
- Ukazati na značaj pravilnog održavanja oralne higijene.
- Ukazati na pravilan odabir i održavanje higijene odjeće i obuće.
- Objasniti održavanje higijene u slučaju pojave hemoroida.
- Ukazati na preporuke u vezi s higijenom seksualnih odnosa.

1.2. ISHRANA TRUDNICE

Aktivnosti i intervencija:

- Upoznati trudnicu s osnovnim principima pravilne ishrane.
- Preporučiti vitaminsku profilaksu.
- Ukazati na značaj hidratacije.
- Savjetovati trudnicu o načinu prevazilaženja i ublažavanja najčešćih tegoba u vezi s ishranom.
- Reagovati u slučaju posljedica neadekvatne ishrane i udruženih stanja.
- Ukazati na štetnost konzumiranja duvana i alkohola.

1.3. FIZIČKA AKTIVNOST I DNEVNI RITAM U TRUDNOĆI

Aktivnosti i intervencija:

- Izvršiti odabir vrste fizičke aktivnosti koji je pogodan za trudnicu.
- Ukazati na značaj dnevnog ritma i na način njegovog uspostavljanja.
- Ukazati na koje znakove treba obratiti pažnju pri vježbanju.

1.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA

Aktivnosti i intervencija:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.



- Prepoznati izvore stresa.
- Provjeriti da li je majka prije ili u toku trudnoće psihijatrijski praćena. Ukoliko jeste, provjerite redovnost kontrolnih pregleda i pridržavanja datim savjetima i intervencijama.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.
- Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podršku roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.
- U slučaju potrebe, ukazati na mogućnost dobijanja podrške i informisati ih o raspoloživim resursima. Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć.

1.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU

Aktivnosti i intervencija:

- Edukovati trudnicu o tome šta podrazumijeva bezbjedno okruženje.
- Ukazati na rizične situacije i ukazati na opasnost u vezi s njima.
- Prijaviti sumnju na nasilje u porodici – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

1.6. PRIPREMA ZA RODITELJSTVO I POROĐAJ

Aktivnosti i intervencija:

- Dati savjet za opremu i uređenje prostora za novorođenče.
- Ukazati na značaj pripreme za roditeljstvo i porođaj.
- Uputiti u administrativne procedure.
- Uputiti trudnicu šta je potrebno od stvari i dokumentacije za porođaj.

1.7. PRIPREMA ZA DOJENJE

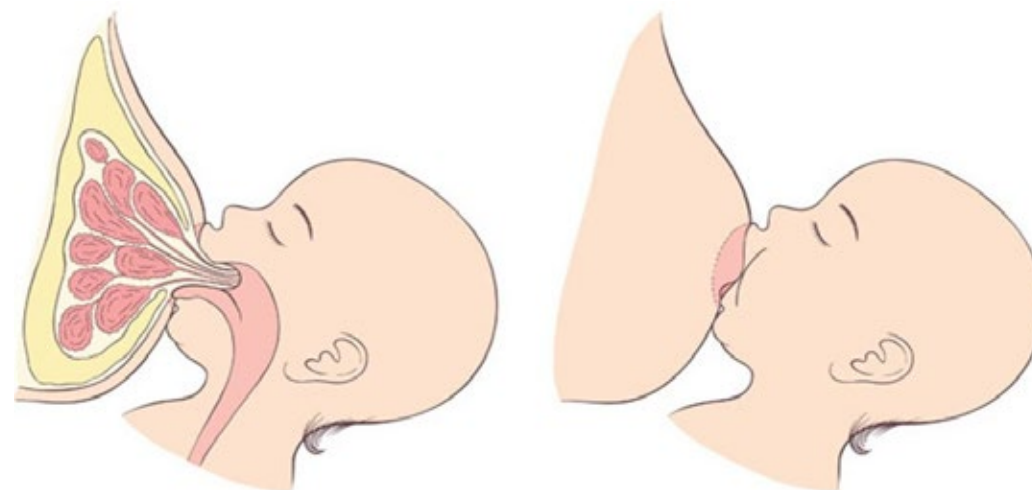
Aktivnosti i intervencija:

- Ukazati na značaj i prednosti dojenja za majku, dijete i porodicu.
- Upoznati trudnicu sa sastavom mlijeka i prilagođavanjem mlijeka potrebama djeteta.
- Predočiti značaj formiranja pozitivnog stava i motivisanosti za dojenje.
- Objasniti proces uspostavljanja laktacije.
- Predočiti značaj podrške partnera i okoline.
- Prakse podrške dojenju.

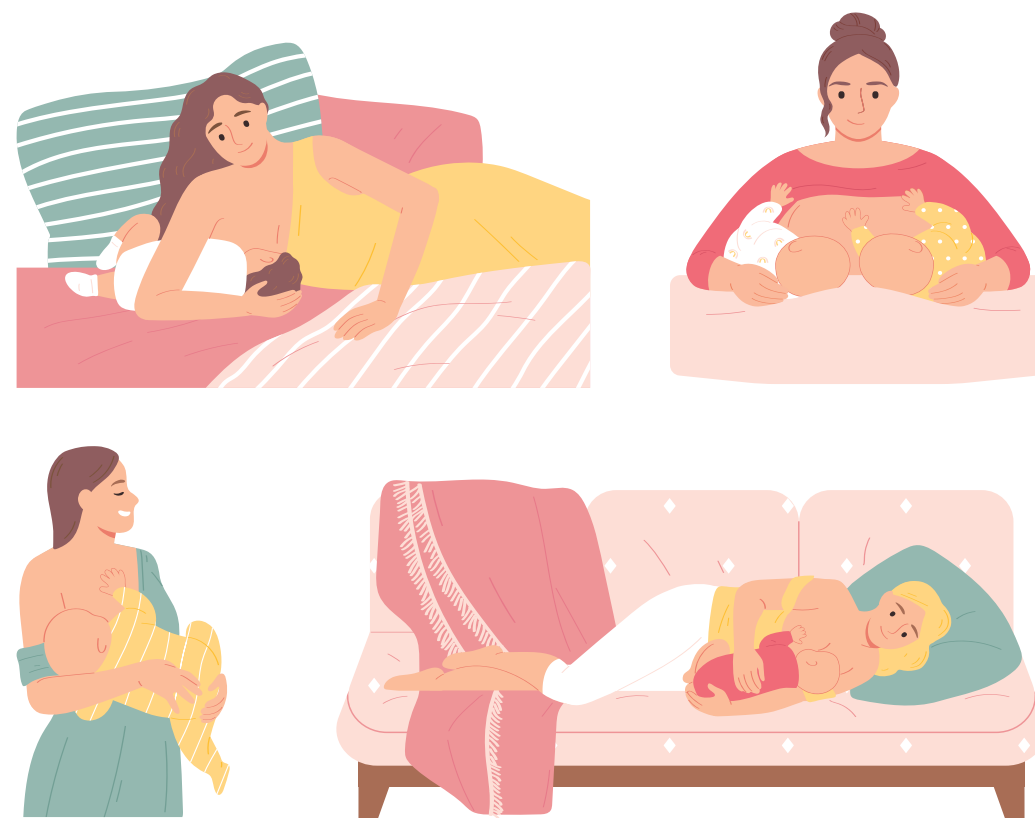
1.8. DODATNE POSJETE I KONSULTACIJE

- Dodatne posjete i konsultacije s nadležnim ljekarom.
- Hitno reagovanje.

Pravilan hvat dojke



Položaji za dojenje





2. POSJETA BABINJARI SA ZDRAVSTVENIM VASPITANJEM

Cilj posjete:

- Očuvanje i unapređenje zdravlja babinjare i novorođenčeta.
- Promocija dojenja i prirodne ishrane.
- Jačanje kapaciteta porodice za podržavajuće i njegujuće roditeljstvo.

Sadržaj posjete:

1. Njega i higijena novorođenčeta
2. Dojenje i ishrana
3. Interakcija i komunikacija roditelj – dijete
4. Rano učenje
5. Mentalno zdravlje roditelja
6. Bezbjednost u okruženju
7. Imunizacija i preventivni pregledi
8. Ishrana, fizička aktivnost i dnevni ritam

2.1. NJEGA I HIGIJENA NOVOROĐENČETA I BABINJARE

2.1.1. Njega i higijena novorođenčeta

Aktivnosti i intervencija:

- Ukazati na stanje kože i vidljivih sluzokoža novorođenčeta.
- Ukazati na način održavanja higijene i njege novorođenčeta.
- Savjetovati minimalnu upotrebu preparata za njegu kože.
- Objasniti održavanje pelenske regije.
- Pokazati metode za prevenciju tjemenjače kod novorođenčeta.
- Uputiti roditelje u fiziološka stanja novorođenčeta i način njihovog zbrinjavanja.
- Dati preporuke za dnevni ritam.
- Savjetovati o organizaciji i opremanju prostora i o opremi za novorođenče.

- Savjetovati roditelje o značaju higijene prostora i opreme.
- Provjeriti stanje pupčanog pririjeka/pupčanika.
- Ukazati na način obrade ukoliko nema patoloških stanja.
- Demonstrirati roditeljima način obrade pupčanika ukoliko postoje patološka stanja vezana za zarastanje pupčane rane i procijeniti potrebu za dodatnim konsultacijama i/ili uključivanjem izabranog pedijatra za djecu.
- Demonstrirati način na koji se kupa novorođenče.
- Demonstrirati tehnike povijanja/oblačenja novorođenčeta.

2.1.2. Njega babinjare

Aktivnosti i intervencija:

- Informisati se o stanju porodilje:
 - vaginalnom krvarenju,
 - lohijama,
 - patološkim stanjima.

- Informisati babinjaru o zarastanju rane nakon epiziotomije ili carskog reza.
- Ukazati na važnost higijene rane.
- Dati savjete o higijeni i njezi dojki.
- Ukazati na znake infekcije rane i kriterijume za odlazak na ljekarski pregled.

2.2. DOJENJE I ISHRANA

Aktivnosti i intervencija:

- Informisati roditelje o prednostima dojenja za novorođenče, majku i porodicu.
- Informisati majku o dužini trajanja podoja.
- Informisati roditelje o tehnikama izmlazanja.
- Savjetovati majku o načinu dojenja van kuće.
- Provjeriti stanje dojki.
- Demonstrirati položaj pri dojenju – majke i novorođenčeta, tehnike podoja.
- Pomoći majci u prevazilaženju teškoća pri uspostavljanju podoja.
- Obučiti majku/roditelje za pripremu adaptirane formule na higijenski način.
- Demonstrirati hranjenje adaptiranom formulom.

Dodatne posjete/konsultacije su potrebne ukoliko:

- majka nije savladala tehniku podoja,
- laktacija se ne uspostavlja/otežano uspostavljanje,
- prisutne su ragade/zastoj mlijeka,
- bradavice su uvučene, male ili velike,
- dojka je prepunjena,
- majka nije savladala tehniku izmlazanja, nema dovoljno znanja o očuvanju mlijeka i o alternativnim načinima hranjenja,
- majka nema podršku, nije motivisana i ima otpor prema dojenju.

Hitno reagovati ukoliko se pojave:

- mastitis kod majke,
- sumnja na pothranjenost novorođenčeta,
- dehidriranost novorođenčeta,
- žutica, pospanost i odbijanje podoja.

2.3. INTERAKCIJA, KOMUNIKACIJA I RANO UČENJE

Aktivnosti i intervencija:

Posmatrati ponašanje novorođenčeta:

- Obratiti pažnju na novorođenčev plač, reakcije na zvukove, svjetlo, dodir.
- Obratiti pažnju kako novorođenče komunicira svoje potrebe (glad, nelagodu).
- Ocijeniti da li novorođenče ima uredne pokrete, ima li znakova slabosti ili ukočenosti.

Posmatrati ponašanje roditelja:

- Provjeriti da li roditelji prate i prepoznaju signale novorođenčeta.
- Provjeriti da li roditelji adekvatno odgovaraju na signale koje im novorođenče šalje.

Prepoznati rizike po razvoj novorođenčeta:

- Prepoznati biološke rizike za pravilan razvoj novorođenčeta.
- Prepoznati društvene rizike za pravilan razvoj novorođenčeta koji potiču iz okruženja.

Savjeti:

- Edukovati roditelje kako da prepoznaju signale koje novorođenče šalje i kako da reaguju na njih.
- Podstaci roditelje da razgovaraju s novorođenčetom tihim i umirujućim tonom.
- Podstaci vezivanje kroz kontakt koža na kožu s novorođenčetom i pjevanjem pjesmica.
- Preporučiti roditeljima da koriste tihe zvukove i pjesmice kako bi stimulisali sluh i smirivali novorođenče.
- Ukažite na značaj ispoljavanja nježnosti i ljubavi prema novorođenčetu.

! Do druge godine ne izlagati dijete ekranima mobilnih/TV/tablet/kompjuterskih uređaja.

2.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA

Aktivnosti i intervencija:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.
- Prepoznati izvore stresa.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.

U slučaju potrebe, ukazati na mogućnost dobijanja podrške i informisati ih o raspoloživim resursima. Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć!

Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podršku roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.

2.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU

Aktivnosti i intervencija:

- Informisati roditelje o značaju bezbjednog okruženja za prevenciju povreda novorođenčeta.
- Ukazati na nebezbedne situacije u kući.
- Ukazati roditeljima na nebezbedne situacije u okruženju novorođenčeta:
 - spavanje;
 - hranjenje;
 - kupanje;
 - povijanje i presvlačenje;
 - potencijalna ljubomorna stanja starije braće/starijih sestara i potreba da se aktivno uključe u brigu o novorođenčetu.
- Ukazati na rizik za majku i novorođenče usljed pušenja u kući.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na zanemarivanje i zlostavljanje babinjare i novorođenčeta na osnovu specifičnih znakova.
- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

2.6. IMUNIZACIJA I PREVENTIVNI PREGLEDI

Aktivnosti i intervencija:

- Informisati roditelje o značaju preventivnih pregleda i imunizacije.
- Upoznati roditelje s kalendarom vakcinacije.

- Ukazati na značaj vakcinacije i rizike u slučaju izbjegavanja vakcinacije.
- Upoznati roditelje s načinom reagovanja u slučaju neželjenih reakcija na vakcinu.

3. POSJETA U PRVOJ GODINI ŽIVOTA

Cilj posjete:

- Praćenje zdravstvenog stanja odojčeta.
- Očuvanje i unapređenje zdravlja.
- Jačanje kapaciteta porodice.

Aktivnosti:

- Voditi evidenciju o posjetama.

Sadržaj:

- Njega i higijena
- Dojenje i ishrana
- Interakcija i komunikacija roditelj – dijete
- Rano učenje
- Mentalno zdravlje roditelja
- Bezbjednost u okruženju
- Imunizacija i preventivni pregledi
- Ishrana, fizička aktivnost i dnevni ritam

POSJETA 1–3. MJESECA

POSJETA 4–6. MJESECA

POSJETA 7–9. MJESECA

POSJETA 10–12. MJESECA



3.1. POSJETA ODOJČETU 1–3. MJESECA

3.1.1. Njega i higijena

- Ukazati na značaj njege i održavanja lične higijene odojčeta.
- Ukazati na značaj higijene prostora i pribora.

3.1.2. Ishrana i dojenje

- Objasniti značaj isključivog dojenja 0–6 mjeseci života.
- Edukovati majku o tehnikama dojenja.
- Edukovati majku o stimulaciji laktacije, dužini podoja.
- Edukovati roditelje o ishrani odojčeta koje ne doji.

3.1.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje

Posmatrati ponašanje odojčeta:

- Obratiti pažnju na plač odojčeta, reakcije na zvukove, svjetlo, dodir.
- Provjeriti da li odojče vokalizuje neke druge zvukove sem plača.
- Provjeriti da li odojče ima kontakt pogledom.
- Provjeriti da li se odojče osmjehuje kao odgovor na blizak kontakt.
- Obratiti pažnju kako odojče reaguje na kontakt s roditeljima.
- Obratiti pažnju kako odojče komunicira svoje potrebe (glad, nelagodu).
- Ocijeniti da li odojče ima uredne pokrete, reflekse, ima li znakova slabosti ili ukočenosti.

Posmatrati ponašanje roditelja:

- Provjeriti da li roditelji prate i prepoznaju signale koje odojče šalje.
- Provjeriti da li roditelji adekvatno odgovaraju na signale koje im odojče šalje.
- Provjeriti da li roditelji podstiču interakciju i rano učenje kod odojčeta.

Savjeti:

- Edukovati roditelje kako da prepoznaju i reaguju na signale koje odojče šalje.
- Podstaci roditelje da razgovaraju s odojčecom tihim i umirujućim tonom.
- Podstaci vezivanje kroz kontakt koža na kožu s odojčecom, pjevanjem pjesmica, pričanjem priča.
- Ukažite na značaj ispoljavanja nježnosti i ljubavi prema odojčetu.
- Edukovati roditelje o značaju igre kao načina ranog učenja.
- Edukovati roditelje o važnosti dnevnih rutina kao prilika za rano učenje, koje doprinose stanju sigurnosti kod odojčeta (dojenja, presvlačenja, kupanja, priprema za izlazak, šetnja...).
- Edukovati roditelje o značaju rodno balansirano roditeljstva.

Prepoznati rizike po razvoj djeteta:

- pretjerano mirno odojče, mlitavo, zgrčeno, plačljivo,
- glava samo na jednoj strani,
- ne prati pogledom predmete,
- ne hvata predmete stavljene u šačicu,
- ne guče,
- bezrazložno plače,
- promuklo plače.

3.1.4. Mentalno zdravlje roditelja

Aktivnosti i intervencija:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.
- Prepoznati izvore stresa.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.
- Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podršku roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.

U slučaju potrebe, ukazati na mogućnost dobijanja podrške u ustanovama zdravstvene zaštite (dom zdravlja – psiholog/psihijatar). Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć!

3.1.5. Dnevni ritam

- Ukazati na značaj uspostavljanja dnevnog ritma spavanja i hranjenja.

3.1.6. Bezbjednost u okruženju

- Ukazati roditeljima na značaj bezbjednosti u okruženju u toku spavanja, hranjenja, kupanja, presvlačenja.
- Ukazati na rizik za majku i dijete usljed pušenja u kući.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na zanemarivanje i zlostavljanje djeteta na osnovu specifičnih znakova.
- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjericama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

3.1.7. Imunizacija

- Informisati roditelje o značaju preventivnih pregleda i imunizacije za dijete.
- Upoznati roditelje s kalendarom vakcinacije.

Intervencije:

- Ukazati na značaj vakcinacije i na rizike u slučaju izbjegavanja vakcinacije.
- Upoznati roditelje s načinom reagovanja u slučaju neželjenih reakcija na vakcinu.

! Do druge godine ne izlagati dijete ekranima mobilnih/TV/tablet/kompijuterskih uređaja.

3.2. POSJETA ODOJČETU 4–6. MJESECA

3.2.1. Njega i higijena

- Naglasiti značaj održavanja lične higijene odojčeta.
- Ukazati na značaj higijene prostora.

3.2.2. Ishrana i dojenje

- Edukovati roditelje o dojenju i ishrani.
- Ukazati na značaj nastavka dojenja.
- Ukazati na rizike odustajanja od dojenja po dijete i majku.
- Ukazati na značaj dojenja i na mogućnosti za relaksaciju.
- Ukazati na važnost komunikacije tokom dojenja.

3.2.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje

Aktivnosti i intervencija:

Posmatrati ponašanje djeteta:

- Posmatrati kako dijete reaguje na različite vizuelne i zvučne stimulse.
- Provjeriti kako reaguje na lica i glasove (da li prepoznaje poznate osobe i razlikuje li ih od nepoznatih...).
- Provjeriti da li dijete reaguje osmijehom ili vokalizacijom kada mu se neko obrati.
- Provjeriti da li dijete posmatra svoje ruke s interesovanjem, oralno ispituje predmete, ide ka željenoj igrački.

Posmatrati ponašanje roditelja:

- Provjeriti da li roditelji adekvatno reaguju i odgovaraju na signale djeteta.
- Provjeriti na koje načine roditelji uspostavljaju komunikaciju i interakciju s djetetom.
- Provjeriti na koje načine roditelji podstiču rano učenje kod djece.

Savjeti:

- Ohrabriti roditelje da koriste jednostavne igre (npr. igra skrivalice) s djetetom.
- Ohrabriti roditelje da imitiraju djetetove zvukove.
- Edukovati roditelje o važnosti ekspresivnih izraza lica kako bi se podstaklo bolje razumijevanje emocija.
- Ohrabriti roditelje da obezbijede siguran prostor za dijete kako bi slobodno moglo da se kreće i poseže za igračkama.
- Ohrabriti roditelje da pokazuju i imenuju nove predmete u okolini.
- Ohrabriti roditelje da pjevaju, čitaju i pričaju priče djetetu.
- Edukovati roditelje o važnosti dnevnih rutina koje su prilike za rano učenje i doprinose stanju sigurnosti kod djeteta (dojenja, presvlačenja, kupanja, priprema za izlazak, šetnja...).
- Edukovati roditelje o značaju rodno balansirano roditeljstva.

Obratiti pažnju na znake razvojnog odstupanja i na njihovo rano prepoznavanje.

- 🚩 Ne traži izvor zvuka pogledom.
- 🚩 Ne reaguje na govor u blizini.
- 🚩 Odsutnost socijalnog osmijeha.
- 🚩 Izostaje gukanje i ne glasa se samoglasnicima i suglasnicima.
- 🚩 Glasanje je intonacijski jednolično.
- 🚩 U uspravnom položaju ukršta nožice.
- 🚩 Ne poseže za ponuđenom igračkom ili poseže samo jednom ručicom.

❗ Do druge godine ne izlagati dijete ekranima mobilnih/TV/tablet/kompjuterskih uređaja.

3.2.4. Mentalno zdravlje roditelja

Aktivnosti i intervencija:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.
- Prepoznati izvore stresa.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.
- Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podrške roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.

U slučaju potrebe ukazati na mogućnost dobijanja podrške u ustanovama zdravstvene zaštite (dom zdravlja – psiholog/psihijatar). Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć!

3.2.5. Dnevni ritam

- Ukazati na značaj uspostavljanja dnevnog ritma spavanja i hranjenja.

3.2.6. Bezbjednost u okruženju

- Ukazati roditeljima na značaj bezbjednosti u okruženju u toku spavanja, hranjenja, kupanja, presvlačenja.
- Ukazati na rizik za majku i dijete usljed pušenja u kući.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na zanemarivanje i zlostavljanje djeteta na osnovu specifičnih znakova.
- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

3.2.7. Imunizacija i preventivni pregledi

- Informisati roditelje o značaju imunizacije i preventivnih pregleda za dijete.
- Informisati roditelje o značaju preventivnih pregleda i imunizacije.
- Upoznati roditelje s kalendarom vakcinacije.
- Ukazati na značaj vakcinacije i rizike u slučaju izbjegavanja vakcinacije.
- Informisati roditelje o načinu reagovanja u slučaju neželjenih reakcija na vakcinu.

3.3. POSJETA ODOJČETU 7–9. MJESECA

3.3.1. Njega i higijena

- Naglasiti značaj održavanja lične higijene odojčeta.
- Ukazati na značaj higijene prostora u kojem dijete boravi.
- Edukovati roditelje o higijeni pri pripremi hrane i higijeni pribora za hranjenje.

3.3.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje

Aktivnosti i intervencija:

Posmatrati ponašanje odojčeta:

- Posmatrati kako odojče reaguje na različite vizuelne i zvučne stimulse.
- Provjeriti da li različito reaguje na prisustvo poznatih ili nepoznatih ljudi.
- Provjeriti da li ima različite izraze lica u skladu s različitim emocijama.
- Provjeriti da li osmijehom, vokalizacijom ili pokretima tijela učestvuje u dvosmjernoj interakciji.
- Provjeriti formira li slogove.
- Provjeriti da li razvija grubu i finu motoriku.

Posmatrati ponašanje roditelja:

- Provjeriti da li roditelji adekvatno reaguju i odgovaraju na signale koje im odojče šalje.
- Provjeriti na koje načine roditelji uspostavljaju komunikaciju i interakciju s odojčecom.
- Provjeriti na koje načine roditelji podstiču rano učenje kod odojčeta.
- Provjeriti da li su uspostavljene dnevne rutine.

Savjeti:

- Ohrabriti roditelje da koriste jednostavne igre (npr. igra skrivalice) kako bi podstakli socijalnu interakciju u djetetovu pažnju.

3.3.2. Ishrana i dojenje

- Ukazati na značaj nastavka dojenja.
- Istaknuti važnost uvođenja nemliječne ishrane prema savjetu pedijatra.
- Ukazati na važnost odabira, načina pripreme i količine namirnica.
- Ukazati na važnost podsticanja samostalnosti djeteta pri hranjenju pod nadzorom i u kontrolisanim uslovima.
- Naglasiti važnost dnevne rutine (spavanje, hranjenje i fizičke aktivnosti).
- Edukovati roditelje o nastavku dojenja i ishrani.
- Informisati roditelje o značaju imunizacije i preventivnih pregleda za dijete.

- Ohrabrite roditelje da na vokalizaciju djeteta odgovaraju jednostavnim riječima.
- Ohrabrite roditelje da uče dijete pozdravnim gestovima.
- Edukujte roditelje o važnosti ekspresivnih izraza lica kako bi se podstaklo bolje razumijevanje emocija.
- Ohrabriti roditelje da obezbijede siguran prostor za dijete kako bi slobodno moglo da se kreće i poseže za igračkama.
- Ohrabriti roditelje da pokazuju i imenuju nove predmete u okolini, proširuju interesovanja i združuju pažnju.
- Ohrabriti roditelje da pjevaju, čitaju i pričaju priče djetetu.
- Edukovati roditelje o važnosti dnevni rutina.
- Ohrabrite roditelje da koriste igru kroz sprovođenje dnevni rutina.
- Edukovati roditelje o značaju rodno balansiranog roditeljstva.

Prepoznavanje rizika po razvoj djeteta:

- Ne sjedi ili sjedi uz oslonac.
- Ne puži.
- Hvata predmete cijelom šakom.
- Ne imitira glasove odraslih.
- Ne pokazuje interesovanje za predmete iz okoline.

- Ne reaguje na svoje ime.
- Ne pruža ruke da se podigne.
- Ne razlikuje poznate od nepoznatih osoba.
- Ne oglašava se slogovima.

! Do druge godine ne izlagati dijete ekranima mobilnih/TV/tablet/kompjuterskih uređaja.

3.3.4. Mentalno zdravlje roditelja

Aktivnosti i intervencija:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.
- Prepoznati izvore stresa.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.
- Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podršku roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.

U slučaju potrebe, ukazati na mogućnost dobijanja podrške u ustanovama zdravstvene zaštite (dom zdravlja – psiholog/psihijatar). Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć!

3.3.5. Dnevni ritam

- Ukazati na značaj uspostavljanja dnevnog ritma spavanja i hranjenja.

3.3.6. Bezbjednost u okruženju

- Ukazati roditeljima na značaj bezbjednosti u okruženju u toku spavanja, hranjenja, kupanja, presvlačenja.
- Ukazati na rizik za majku i dijete usljed pušenja u kući.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na zanemarivanje i zlostavljanje djeteta na osnovu specifičnih znakova.
- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

3.3.7. Imunizacija i preventivni pregledi

- Informisati roditelje o značaju imunizacije i preventivnih pregleda za dijete.
- Upoznati roditelje s kalendarom vakcinacije.
- Ukazati na značaj vakcinacije i rizike u slučaju izbjegavanja vakcinacije.
- Informisati roditelje o načinu reagovanja u slučaju neželjenih reakcija na vakcinu.

3.4. POSJETA ODOJČETU 10–12. MJESECA

3.4.1. Njega i higijena

- Naglasiti značaj održavanja lične higijene odojčeta.
- Ukazati na značaj higijene prostora u kojem dijete boravi.
- Edukovati roditelje o higijeni pri pripremi hrane i higijeni pribora za hranjenje.

3.4.3. Interakcija, komunikacija i rano učenje

Aktivnosti i intervencije:

Posmatrati ponašanje djeteta:

- Posmatrati djetetovu igru, zainteresovanost za društvo drugih ljudi, želju za interakcijom.
- Posmatrati da li dijete maše u znak pozdrava.
- Posmatrati da li ima pokazni gest.
- Posmatrati da li ima smislenu riječ ili vokalizaciju s ciljem komunikacije.
- Posmatrati da li dijete pokazuje separacionu anksioznost pri odvajanju od roditelja.
- Posmatrati da li dijete pokazuje složenije emocije, poput empatije ili ljutnje.
- Provjeriti da li dijete ima osmišljene dnevne rutine.

Posmatrati ponašanje roditelja:

- Provjeriti da li roditelji adekvatno reaguju i odgovaraju na signale koje im odojče šalje.
- Provjeriti na koje načine roditelji uspostavljaju komunikaciju i interakciju s odojčetom.
- Provjeriti na koje načine roditelji podstiču rano učenje kod odojčeta.

Savjeti:

- Ohrabriti roditelje da što više uključuju interaktivne igre.
- Ohrabriti roditelje da pričaju ili pjevnuše djetetu dok obavljaju neke zajedničke aktivnosti.

3.4.2. Dojenje i ishrana

- Ukazati na značaj nastavka dojenja.
- Istaknuti važnost uvođenja nemliječne ishrane prema savjetu pedijatra / 3–4 nemliječna obroka.
- Ukazati na važnost odabira vrste namirnica, načina pripreme i konzistencije namirnica.
- Naglasiti značaj rasporeda obroka i količine hrane pri obroku.
- Ukazati na važnost podsticanja samostalnosti djeteta pri hranjenju pod nadzorom i u kontrolisanim uslovima.

- Edukujte roditelje da ohrabruju poželjna ponašanja kroz riječi pohvale.
- Edukujte roditelje da gestovima i izražajno riječima usmjeravaju djetetovu pažnju na nova otkrića.
- Edukujte roditelje da jednostavnim rječnikom objašnjavaju svijet oko djeteta.
- Edukujte roditelje da obezbijede bezbjedan prostor u kući gdje dijete može istraživati prostor, praktikovati igru i sticati nova znanja i vještine.
- Ohrabriti roditelje da uključe i druge članove porodice u igru kako bi dijete razvijalo odnose i povjerenje.
- Edukovati roditelje i značaju rodno balansiranog roditeljstva.

ZNACI RANOG PREPOZNAVANJA RAZVOJNOG ODSUPANJA

Do 12. mjeseca:

- 🚩 Nema pokazni gest.
- 🚩 Ne „brblja” ili se oglašava samo samoglasnicima.
- 🚩 Ne oponaša ljude iz okoline.
- 🚩 Ne primjećuje nove ljude iz okoline.
- 🚩 Ne učestvuje u jednostavnim zajedničkim igrama (igre dodavanja...).
- 🚩 Ne maše u znak pozdrava.
- 🚩 Hvata predmete cijelom šakom.

! Do druge godine ne izlagati dijete ekranima mobilnih/TV/tablet/kompjuterskih uređaja.

3.4.4. Mentalno zdravlje roditelja

Aktivnosti i intervencije:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.
- Prepoznati izvore stresa.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

3.4.5. Dnevni ritam

- Ukazati na značaj uspostavljanja dnevnog ritma spavanja i hranjenja.

3.4.6. Bezbjednost u okruženju

- Ukazati roditeljima na značaj bezbjednosti u okruženju u toku spavanja, hranjenja, kupanja, presvlačenja.
- Ukazati na rizik za majku i dijete usljed pušenja u kući.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na zanemarivanje i zlostavljanje djeteta na osnovu specifičnih znakova.
- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.
- Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podršku roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.

U slučaju potrebe, ukazati na mogućnost dobijanja podrške u ustanovama zdravstvene zaštite (dom zdravlja – psiholog/psihijatar). Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć!

3.4.7. Imunizacija i preventivni pregledi

- Informisati roditelje o značaju imunizacije i preventivnih pregleda za dijete.
- Upoznati roditelje s kalendarom vakcinacije.
- Ukazati na značaj vakcinacije i na rizike u slučaju izbjegavanja vakcinacije.
- Informisati roditelje o načinu reagovanja u slučaju neželjenih reakcija na vakcinu.



4. POSJETA U DRUGOJ GODINI ŽIVOTA

Cilj posjete:

- Praćenje zdravstvenog stanja djeteta i porodice.
- Očuvanje i unapređenje zdravlja.
- Jačanje kapaciteta porodice za podržavajuće i njegujuće roditeljstvo.

Sadržaj posjete:

1. Ishrana
2. Njega i higijena
3. Ritam spavanja i fizičke aktivnosti
4. Interakcija i komunikacija roditelj – dijete
5. Rano učenje
6. Mentalno zdravlje roditelja
7. Bezbjednost okruženja
8. Imunizacija i preventivni pregledi
9. Priprema za polazak u predškolsku ustanovu

4.1. ISHRANA I DOJENJE

Aktivnosti i intervencije:

- Voditi evidenciju o posjetama.
- Ukazati na značaj nastavka dojenja.
- Istaknuti važnost nemliječne ishrane prema savjetu pedijatra / 4–5 nemliječnih obroka.
- Ukazati na važnost odabira, načina pripreme i količine namirnica.
- Ukazati na važnost podsticanja samostalnosti djeteta pri hranjenju, pod nadzorom i u kontrolisanim uslovima, zajedno s porodicom (uzima komadiće hrane prstima, drži pribor za jelo).

4.2. NJEGA I HIGIJENA

Aktivnosti i intervencije:

- Edukovati roditelje o značaju i načinu higijene djeteta i podsticanja na samostalno kupanje, pranje ruku, pranje zubića.
- Ukazati na značaj higijene namirnica i pribora za pripremu hrane.
- Ukazati na značaj održavanja higijene prostora u kojem dijete boravi.

4.3. INTERAKCIJA, KOMUNIKACIJA I RANO UČENJE

Aktivnosti i intervencije:

Posmatrati ponašanje djeteta:

- Posmatrati da li dijete pokazuje različite emocije, kao što su radost, frustracija, ljutnja, da li pokazuje znakove empatije.
- Posmatrati kako dijete reaguje na roditelje i na novu osobu u okruženju.
- Posmatrati djetetove motoričke sposobnosti: da li dijete samostalno hoda, penje se, da li manipulira sitnim predmetima.

- Obratiti pažnju da li se dijete koristi gestualnom komunikacijom: da li pokazuje prstićem, da li gleda u oči drugu osobu dok to radi, da li pokušava da pokazivanjem skrene pažnju roditeljima ili drugoj osobi, da li se koristi drugim gestama (mahanje, tapšanje, slanje poljubaca).
- Obratiti pažnju na djetetove verbalne sposobnosti, da li dijete koristi pojedinačne riječi ili jednostavnije fraze za obraćanje ili izražavanje potrebe.

Posmatrati ponašanje roditelja:

- Provjeriti da li roditelji adekvatno prepoznaju i prate signale koje im dijete šalje i kako reaguju na njih.
- Provjeriti na koje načine roditelji uspostavljaju i održavaju komunikaciju i interakciju s djetetom.
- Pratiti način na koji roditelji reaguju na djetetove izražene emocije i potrebe za podrškom.
- Provjeriti na koje načine roditelji podstiču rano učenje, postavljanje granica, samostalnost kod djeteta.

Savjeti:

- Preporučiti roditeljima da redovno razgovaraju sa svojim djetetom: imenuju predmete iz okruženja, kratkim jednostavnim rečenicama opisuju aktivnosti koje obavljaju i događaje, odgovaraju na djetetove pokušaje komunikacije.
- Edukovati roditelje o značaju razvoja kroz igru.
- Edukovati roditelje o značaju pričanja i čitanja priča pred spavanje.
- Edukovati roditelje o značaju zajedničke igre s vršnjacima, kao i o boravku u vršnjačkoj grupi.
- Ohrabriti roditelje da djetetu pružaju prilike da posmatra interakcije unutar porodice kako bi razvilo osjećaj pripadnosti i sigurnosti.
- Ohrabriti roditelje da djetetu pruže priliku za samostalno rješavanje jednostavnih izazova, uz verbalnu podršku.
- Edukovati roditelje o značaju rodno balansiranog roditeljstva.

Prepoznati razvojna odsutpanja kod djeteta:

- Posmatrati da li dijete pokazuje interesovanje za interakciju s roditeljima ili drugim osobama, da li se odaziva/odgovara na svoje ime i uspostavlja adekvatan kontakt očima.
- Posmatrati da li dijete izražava osnovne emocije: radost, ljutnja, tuga, strah.
- Obratiti pažnju da li je dijete pretjerano vezano za roditelje, da li izbjegava bliske osobe.
- Obratiti pažnju da li dijete samostalno hoda, penje se, trči ili ukazuje na nesigurnost.
- Obratiti pažnju da li dijete koristi samostalno kašiku, da li hvata sitne predmete.
- Posmatrati da li koristi pojedinačne riječi ili fraze za izražavanje potreba, da li pokazuje interesovanje za komunikaciju.
- Posmatrati kako dijete reaguje na jednostavne verbalne naloge, da li ih razumije i izvršava.
- Obratiti pažnju da li dijete pokazuje dovoljno interesovanja za istraživanje i interakciju s okolinom i igračkama.
- Posmatrati da li dijete pokazuje interesovanje i razumijevanje za aktivnosti uzrok – posljedica (zvučne, svjetlosne igračke).
- Posmatrati da li dijete ukazuje na prenatrpane reakcije kada su u pitanju zvuk ili dodir, da li pokazuje izraženo odbijanje dodira s određenim teksturama (plastelin, pijesak).
- Obratiti pažnju da li dijete ima česte promjene raspoloženja i intenzivne emocionalne reakcije izvan očekivanog nivoa.
- Posmatrati da li dijete emituje određena ponavljajuća samopovređujuća ponašanja (udaranje glavom o pod).
- Da li je dijete pretjerano aktivno ili pasivno, da li mu je teško usredsrediti se kratko na jednu aktivnost ili radnju, da li pokazuje manjak interesovanja i pretjerano je pasivno u kontaktu s okolinom.

! Do druge godine ne izlagati dijete ekranima s mobilnih/TV/tablet/kompjuterskih uređaja. Od druge do pete godine može se gledati sadržaj na ekranima, koji mora biti dječji program, u prisustvu odrasle osobe, maksimum jedan sat dnevno.

4.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA

Aktivnosti i intervencije:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.
- Prepoznati izvore stresa.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

4.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU

- Ukazati roditeljima na nebezbedne situacije u okruženju djeteta i tokom aktivnosti: kretanja, hranjenja, kupanja, igranja.
- Skrenuti pažnju na bezbjednost tokom boravka napolju.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na zanemarivanje i zlostavljanje djeteta na osnovu specifičnih znakova.
- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

4.7. RITAM SPAVANJA, FIZIČKE AKTIVNOSTI, VRIJEME PROVEDENO PRED EKRANOM I VRIJEME PROVEDENO SJEDUĆI

- Podsjetiti roditelje na značaj fizičke aktivnosti i koje su preporuke za taj uzrast.
- Dati preporuke za ritam spavanja i vremena provedenog pred ekranom koje se odnose na taj uzrast.

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.
- Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podršku roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.

U slučaju potrebe, ukazati na mogućnost dobijanja podrške u ustanovama zdravstvene zaštite (dom zdravlja – psiholog/psihijatar). Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć!

4.6. IMUNIZACIJA I PREVENTIVNI PREGLEDI

- Interesovati se da li je dijete uredno vakcinisano za uzrast.
- Informisati roditelje o značaju imunizacije i preventivnih pregleda za dijete.
- Upoznati roditelje s kalendarom vakcinacije.
- Ukazati na značaj vakcinacije i rizike u slučaju izbjegavanja vakcinacije.

4.8. PRIPREMA ZA POLAZAK U PREDŠKOLSKU USTANOVU

- U razgovoru s roditeljima ukazati na značaj boravka djeteta u predškolskoj ustanovi, procjenjujući njihovu i spremnost djeteta.
- Uputiti roditelje u zdravstvenu pripremu djeteta za pridruživanje kolektivu.
- Ukazati roditeljima na rizik od razbolijevanja.



5. POSJETA U ČETVRTOJ GODINI ŽIVOTA

Cilj posjete:

- Praćenje zdravlja porodice i djeteta.
- Očuvanje i unapređenje zdravlja.
- Jačanje kapaciteta porodice za podržavajuće i njegujuće roditeljstvo.

Sadržaj posjete:

1. Ishrana
2. Njega i higijena
3. Interakcija i komunikacija roditelj – dijete
4. Rano učenje
5. Mentalno zdravlje roditelja
6. Bezbjednost okruženja
7. Imunizacija i preventivni pregledi
8. Ritam spavanja i fizičke aktivnosti, vrijeme provedeno pred ekranom i vrijeme provedeno sjedeći
9. Priprema za polazak u predškolsku ustanovu
10. Evidencija o posjetama

5.1. ISHRANA

Aktivnosti i intervencije:

- Edukovati roditelje o važnosti zdravih navika u ishrani.
- Ukazati na važnost rasporeda obroka koji uvažava porodica, važnost odabira, načina pripreme i količine namirnica.
- Istaći značaj izbjegavanja gaziranih i zaslađenih napitaka, slatkiša.
- Naglasiti značaj zdrave užine (voće, žitne table, domaći voćni jogurt).
- Ukazati na važnost podsticanja samostalnosti djeteta pri hranjenju zajedno s porodicom / koristi pribor za jelo.

5.2. NJEGA I HIGIJENA

Aktivnosti i intervencije:

- Istaći važnost podsticanja samostalnog odijevanja i obuvanja djeteta.
- Edukovati roditelje o značaju i načinu higijene djeteta i značaju da se dijete podstiče na samostalno kupanje, pranje ruku, pranje zubića.
- Ukazati na značaj higijene namirnica i pribora za pripremanje hrane.
- Ukazati na značaj održavanja higijene prostora u kojem dijete boravi.

5.3. INTERAKCIJA, KOMUNIKACIJA I RANO UČENJE

Aktivnosti i intervencije:

Posmatrati ponašanje djeteta:

- Posmatrati kako dijete reaguje na naloge, pohvale ili kritike roditelja.
- Posmatrati da li se ponaša privrženo, traži li emocionalnu podršku i pokazuje li empatiju u situacijama kada drugi izražavaju emocije.
- Pratiti kako dijete reaguje u situacijama koje mogu izazvati frustraciju ili razočaranje.
- Posmatrati da li dijete inicira igru s patronažnom sestrom ili roditeljem, i pokazuje li interesovanje za interakciju.
- Posmatrati kako se dijete kreće u prostoru: da li trči stabilno, da li se penje uz stepenice; kako drži predmete, koristi olovku.
- Provjeriti kako dijete reaguje na jednostavne dvosmjerne naloge.
- Provjeriti da li dijete koristi jednostavne rečenice i da li pokazuje sposobnost opisivanja situacija, prepričavanja jednostavnih priča, izražavanja potreba i emocija.
- Obratiti pažnju na razumljivost govora.
- Posmatrati djetetovu radoznalost i kako odgovara na igre koje uključuju koncept uzroka i posljedice.
- Pratiti koliko dijete pokazuje samostalnost u aktivnostima dnevnog života: oblačenju, hranjenju i u toaletu.
- Provjeriti kako dijete reaguje kada se postavi pravilo ili granica i da li pokazuje razumijevanje osnovnih pravila ponašanja.

Posmatrati ponašanje roditelja:

- Provjeriti da li roditelji adekvatno prepoznaju i prate signale koje im dijete šalje i da li reaguje na njih.
- Provjeriti na koje načine roditelji uspostavljaju i održavaju komunikaciju i interakciju s djetetom.
- Pratiti način na koji roditelji reaguju na djetetove izražene emocije i potrebe za podrškom.
- Provjeriti na koje načine roditelji podstiču rano učenje, postavljanje granica, samostalnost kod djeteta.
- Edukovati roditelje o značaju rodno balansiranog roditeljstva.

Savjeti:

- Savjetovati roditelje da razgovaraju o emocijama s djetetom, prepoznajući ih i imenujući.
- Preporučiti roditeljima da organizuju druženja s vršnjacima i igre u grupama.
- Preporučiti roditeljima da redovno čitaju djetetu knjige, pričaju priče i ohrabruju ga da postavlja pitanja.
- Savjetovati roditelje da igraju igre kao što su imitiranje zvukova, rime i jednostavne pjesmice.
- Ohrabriti roditelje da omoguće djetetu vrijeme za aktivnosti na otvorenom, kao što su trčanje, skakanje, penjanje i igre s loptom.
- Podstaci roditelje da omogućavaju djetetu igre koje zahtijevaju razmišljanje i logiku, poput slagalica, slaganja oblika ili istraživanja uzroka i posljedica.
- Savjetovati roditelje da podstiču dijete na postavljanje pitanja i istraživanje.
- Preporučiti roditeljima da osiguraju vrijeme za slobodnu igru, gdje dijete samo kreira scenarije i razvija priče kroz simboličku igru.
- Savjetovati roditelje da podstiču dijete na preuzimanje jednostavnih odgovornosti, poput slaganja igračaka ili donošenja knjige za čitanje.
- Savjetovati roditelje da budu dosljedni u pravilima i postavljanju granica, ali i strpljivi kada dijete testira granice.

Prepoznati razvojna odstupanja kod djeteta:

- Obratiti pažnju da li dijete izbjegava grupne aktivnosti ili se povlači iz interakcije s drugima.
- Posmatrati da li dijete pokazuje interesovanje za potrebe drugih ljudi iz okruženja, da li pokazuje izazitu stidljivost ili strah od novih situacija.
- Provjeriti način verbalne komunikacije, da li dijete može da prepriča neki događaj, priču, da li može izraziti svoje misli.
- Obratiti pažnju da li dijete može pratiti dvosmjerne ili jednostavnije složene naloge, da li ih razumije i izvršava.
- Pratiti da li dijete često odustaje pred jednostavnijim zadacima ili pokazuje slabu motivaciju i interesovanje za istraživanje okoline.
- Posmatrati dijete u aktivnostima, da li može održati pažnju nekoliko minuta ili odustaje, mijenja aktivnosti.

- Obratiti pažnju na djetetove motoričke vještine: da li je vješto u trčanju, skakanju, penjanju, da li dijete ima poteškoće s radnjama koje zahtijevaju precizne pokrete rukama (korišćenje pribora za jelo, crtanje).
- Posmatrati da li dijete pokazuje jake reakcije ili odsustvo reakcije na glasne zvukove, različite teksture, mirise, da li izbjegava igre s pijeskom, plastelinom.
- Provjeriti da li je dijete svjesno potencijalno opasnih situacija: penjanje na visoka mjesta, trčanje bez obaziranja.

- Obratiti pažnju da li dijete pokazuje interesovanje i samostalnost u obavljanju aktivnosti u svakodnevnom životu: oblačenje, lična higijena, ishrana, toalet.
- Posmatrati djetetovo raspoloženje: da li je dijete često impulsivno, ne može da odloži zadovoljstvo, da li ispoljava agresivno ponašanje bez adekvatnog razloga, da li su prisutna ritualna ponašanja, ponavljajuće radnje.

! Do druge godine ne izlagati dijete ekranima s mobilnih/TV/tablet/kompjuterskih uređaja. Od druge do pete godine može se gledati sadržaj na ekranima, koji mora biti dječji program, u prisustvu odrasle osobe, maksimum jedan sat dnevno.

5.4. MENTALNO ZDRAVLJE RODITELJA

Aktivnosti i intervencije:

- Prepoznati potencijalne znakove stresa i iscrpljenosti.
- Pitati o kvalitetu sna, redovnosti obroka, emocionalnom stanju.
- Prepoznati simptome koji mogu ukazati na potencijalne probleme u sferi mentalnog zdravlja.
- Prepoznati izvore stresa.
- Ohrabriti otvorenu komunikaciju.
- Uvažiti sve emocije koje roditelji iznesu.
- Pružiti podršku u prilagođavanju na roditeljsku ulogu.

Savjeti:

- Edukovati roditelje o važnosti mentalnog zdravlja.
- Edukovati roditelje o strategijama za održavanje emocionalne i mentalne ravnoteže.
- Edukovati roditelje da podijele brige i obaveze s partnerom, članovima porodice ili prijateljima.
- Edukovati roditelje o pohađanju grupa za podršku roditeljstvu i porodici dostupnim u zajednici.

U slučaju potrebe, ukazati na mogućnost dobijanja podrške u ustanovama zdravstvene zaštite (dom zdravlja – psiholog/psihijatar). Podstaknuti ih i ohrabriti ih da potraže pomoć!

5.5. BEZBJEDNOST U OKRUŽENJU

- Ukazati roditeljima na nebezbedne situacije u okruženju djeteta i tokom aktivnosti: kretanja, hranjenja, kupanja, igranja.
- Skrenuti pažnju na bezbjednost tokom boravka napolju.

Hitno reagovanje:

- Postavljanje sumnje na zanemarivanje i zlostavljanje djeteta na osnovu specifičnih znakova.
- Postavljanje sumnje na nasilje u porodici na osnovu specifičnih znakova.

PRIJAVA SUMNJE NA ZLOSTAVLJANJE I ZANEMARIVANJE – postupiti u skladu sa smjernicama Ministarstva zdravlja Crne Gore.

→ str. 36

5.6. IMUNIZACIJA I PREVENTIVNI PREGLEDI

- Interesovati se da li je dijete uredno vakcinisano za uzrast.
- Informisati roditelje o značaju imunizacije i preventivnih pregleda za dijete.
- Upoznati roditelje s kalendarom vakcinacije.
- Ukazati na značaj vakcinacije i na rizike u slučaju izbjegavanja vakcinacije.

5.7. RITAM SPAVANJA, FIZIČKE AKTIVNOSTI, VRIJEME PROVEDENO PRED EKRAKOM I VRIJEME PROVEDENO SJEDEĆI

- Podsjetiti roditelje na značaj fizičke aktivnosti i koje su preporuke za uzrast.
- Dati preporuke za ritam spavanja i vrijeme provedeno pred ekranom za uzrast.

5.8. PRIPREMA ZA POLAZAK U PREDŠKOLSKU USTANOVU

- U razgovoru s roditeljima ukazati na značaj boravka djeteta u predškolskoj ustanovi, procjenjujući njihovu i spremnost djeteta.
- Uputiti roditelje u zdravstvenu pripremu djeteta za pridruživanje kolektivu.
- Ukazati roditeljima na rizik od razbolijevanja.



6. PRILOZI



SMJERNICA ZA PRAVILNU
ISHRANU DJECE UZRASTA
OD 0 DO 24 MJESECA



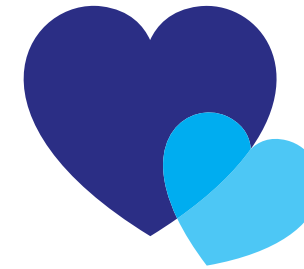
VODIČ ZA SPROVOĐENJE
KUĆNIH POSJETA
PATRONAŽNIH SESTARA



SMJERNICE ZA POSTUPANJE
PRUŽALACA ZDRAVSTVENIH
USLUGA U CILJU ZAŠTITE DJECE
I ADOLESCENATA OD NASILJA,
ZLOSTAVLJANJA I ZANEMARIVANJA
(2022)



KALENDAR VAKCINACIJE



7. LITERATURA

1. Bosanquet, K., Bailey, D., Gilbody, S., et al (2015) *Diagnostic accuracy of the Whooley questions for the identification of depression: a diagnostic meta-analysis*. *BMJ Open*, 2015; 5:e008913. doi: 10.1136/bmjopen-2015-008913.
2. Center on the Developing Child (2007). The Science of Early Childhood Development (InBrief). Retrieved from www.developingchild.harvard.edu.
3. Centers for Disease Control and Prevention. (2023) Learn the signs. Act early.
4. Dodge, K. A., Goodman, W. B., Murphy, R. A., O'Donnell, K., Sato, J. (2013). Randomized controlled trial of universal postnatal nurse home visiting: impact on emergency care. *Pediatrics*, Nov;132 Suppl 2(Suppl 2):S140-6. doi: 10.1542/peds.2013-1021M. PMID: 24187116; PMCID: PMC3943376.
5. Dom zdravlja Glavnog grada, Vodič za sprovođenje kućnih posjeta patronažnih sestara (Preventivne posjete trudnicama i porodicama s djecom ranog uzrasta), UNICEF u Crnoj Gori, elektronsko izdanje, 2024.
6. Eshel, N., Daelmans, B., de Mello M. C., Martines, J. (2006). *Responsive parenting: interventions and outcomes*. *Bull World Health Organ*, Dec; 84(12):991-8. doi: 10.2471/blt.06.030163. PMID: 17242836; PMCID: PMC2627571.
7. Institute of Health Visiting (2020), Health Visiting in England: A Vision for the Future, Executive Summary. Retrieved from: <https://ihv.org.uk/wp-content/uploads/2020/01/HV-Vision-Executive-Summary-FINAL-VERSION-20.11.19.pdf>
8. Pravilnik o bližim uslovima u pogledu standarda, normativa i načina ostvarivanja primarne zdravstvene zaštite preko izabranog tima doktora ili izabranog doktora („Službeni list Crne Gore”, br. 010/08 od 15. 2. 2008, 001/12 od 4. 1. 2012, 064/17 od 6. 10. 2017, 077/20 od 29. 7. 2020).
9. Priručnik za trenere patronažnih sestara, ZU Dom zdravlja Podgorica, 2019.
10. Smjernice za pravilnu ishranu djece uzrasta od 0 do 24 mjeseca, Ministarstvo zdravlja, 2023. Dostupno na <https://www.gov.me/dokumenta/04cac803-b083-49b7-9757-ef839f0986b6>
11. Stručno-metodološko uputstvo za sprovođenje kućnih poseta polivalentne patronažne službe porodicama sa trudnicama i sa decom, Gradski zavod za javno zdravlje, Beograd, 2022.
12. SZO (2016). Preporuke SZO o prenatalnoj njezi za pozitivno trudničko iskustvo: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250796/9789241549912-eng.pdf?sequence=1>
13. SZO (23. oktobar 2018). Healthy Diet. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
14. UNICEF, ISSA (2019). Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta. Modul 4: zaljublivanje – podsticanje afektivne vezanosti roditelja i deteta. UNICEF u Srbiji, elektronsko izdanje, 2019.
15. UNICEF, ISSA (2019). Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta. Modul 5: Partnerstvo u podsticajnom roditeljstvu – angažovanje očeva. UNICEF u Srbiji, elektronsko izdanje, 2019.
16. UNICEF, ISSA (2019). Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta. Modul 6: Umetnost roditeljstva – ljubav, priča, igra, čitanje. UNICEF u Srbiji, elektronsko izdanje, 2019.
17. UNICEF, ISSA (2019). Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta. Modul 7: Dobrobit roditelja. UNICEF u Srbiji, elektronsko izdanje, 2019.
18. UNICEF, ISSA (2019). Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta. Modul 9: Okruženje i bezbednost u domu. UNICEF u Srbiji, elektronsko izdanje, 2019.
19. UNICEF, ISSA (2019). Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta. Modul 14: Zaštita male dece od nasilja, zlostavljanja i zanemarivanja. UNICEF u Srbiji, elektronsko izdanje, 2019.
20. UNICEF, ISSA (2019). Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta. Modul 18: Podrška razvoju rodno balansiranog porodičnog okruženja. UNICEF u Srbiji, elektronsko izdanje, 2019.
21. Uredba o obimu prava i standardima zdravstvene zaštite iz obaveznog zdravstvenog osiguranja („Službeni list Republike Crne Gore”, br. 079/05 od 23. 12. 2005, „Službeni list Crne Gore”, br. 018/13 od 12. 4. 2013, 103/20 od 19. 10. 2020).
22. Viegas da Silva, E., Hartwig, F. P., Barros, F., et al. (2022). *Effectiveness of a large-scale home visiting programme (PIM) on early child development in Brazil: quasi-experimental study nested in a birth cohort*. *BMJ Global Health*, 7:e007116. doi:10.1136/bmjgh-2021-007116.
23. World Health Organization, United Nations Children's Fund, World Bank Group (2018). Nurturing care for early childhood development: a framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential. Geneva: World Health Organization.
24. Zubler, J. M., Wiggins, L. D., Macias, M. M., Whitaker, T. M., Shaw, J. S., Squires, J. K., Pajek, J. A., Wolf, R. B., Slaughter, K. S., Broughton, A. S., Gerndt, K. L., Mlodoč, B. J., Lipkin, P. H. (2022). Evidence-Informed Milestones for Developmental Surveillance Tools. *Pediatrics*, Mar 1;149(3):e2021052138. doi: 10.1542/peds.2021-052138. PMID: 35132439; PMCID: PMC9680195.

