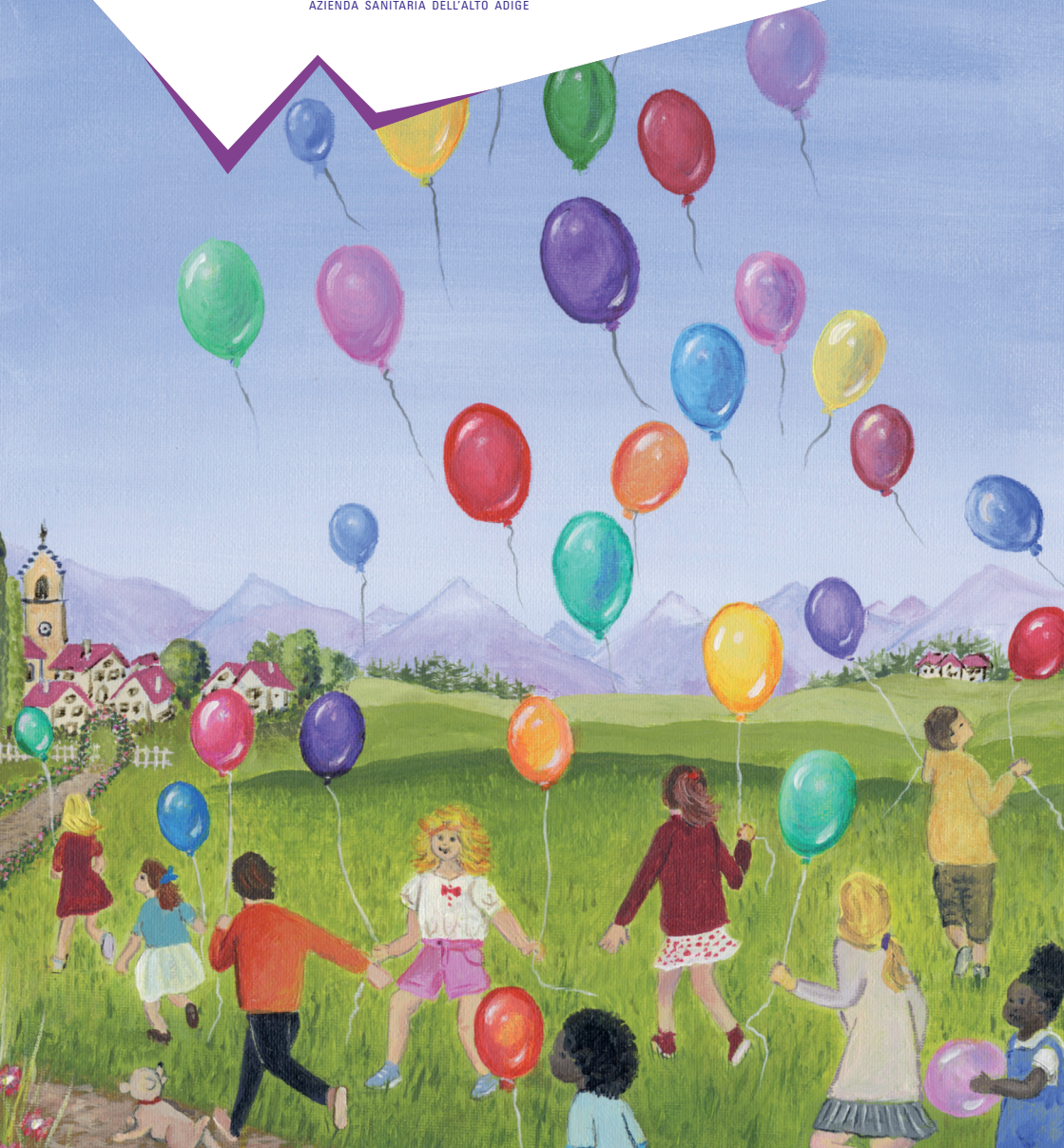


Cure pediatriche nell'Alta Val d'Isarco

OPUSCOLO INFORMATIVO

UNITI PER I BAMBINI
PEDIATRIA OSP. VIPITENO
AZIENDA SANITARIA DELL'ALTO ADIGE



*Tre cose ci sono rimaste
del paradiso:
le stelle, i fiori e i bambini.*

(Dante Alighieri)

Impressum

Idea e concetto: Team Pediatria Vipiteno

Grafica: Artigraf by Kraler

Fotos: Alexander Zambelli

Stampa: Kraler Druck

Ulteriori informazioni online: <https://www.sabes.it/it/ospedali/vipiteno/1426.asp>

Nel testo che segue la forma femminile o maschile verrà usata per entrambi i sessi.

Cara mamma, caro papà Tantissimi auguri per la nascita del vostro bimbo da parte del team della pediatria di Vipiteno!

Siamo lieti di accompagnare insieme a voi il vostro bambino in questa avventura che è la vita.

I bambini e le loro famiglie sono al centro della nostra attenzione e per noi è molto importante un confronto frequente con i genitori e tutti coloro che si prendono cura dei bambini. Ci occupiamo di bambini grandi e piccoli, in tutte le loro potenzialità e fragilità, in base alle loro necessità.

Siamo a vostra disposizione in caso di malattie acute o croniche, incidenti, bilanci di salute e controlli dello sviluppo. Per noi una buona assistenza medica è molto importante e ci impegniamo per offrirvi le cure ottimali, puntando soprattutto sulla prevenzione e la consulenza.

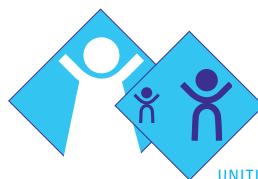
Il nostro obiettivo è un accompagnamento a lungo termine della vostra famiglia basato sulla fiducia. Non vediamo l'ora di conoscervi!

Il vostro team della Pediatria di Vipiteno

anche su

<https://www.sabes.it/it/ospedali/vipiteno/1426.asp>





1) Cure pediatriche di base	5
2) Orari d'apertura dell'ambulatorio pediatrico e sistema di prenotazione	5
3) Visite di prevenzione – bilanci di salute	6
Calendario dei bilanci di salute:	6
4) Ambulatori specialistici	7
5) Servizio di prevenzione - Consultorio di Vipiteno	8
6) Quali sono i percorsi burocratici necessari dopo la nascita del bambino?	9
7) Informazioni utili	9
Alimentazione	9
Peso	9
Cura ombelicale	10
Ittero neonatale	10
Colore delle feci	10
Ritmo sonno-veglia	10
Posizionamento	10
Provvedimenti per ridurre il rischio di morte bianca	11
Le cause di morte bianca sono state studiate accuratamente per molti anni ma rimangono ancora sconosciute	11
Pianto	11
Febbre	12
Vitamina D e K	12
Ecografia delle anche	12
Vaccini	12
Prevenzione di incidenti	13
Igiene dentale	14
Cura della zona pannolino	15
Posizionamento rialzato contro il reflusso	15

1) Cure pediatriche di base

Le cure pediatriche di base per i bambini tra i 0 e i 14 anni (prolungabile fino ai 16 anni compiuti) nell'Alta Val d'Isarco vengono effettuate presso l'ambulatorio pediatrico dell'ospedale di Vipiteno. Dopo aver registrato il neonato presso il comune (vedi percorsi burocratici), **recatevi alla dirigenza amministrativa del territorio (ex cassa malati)** all'ospedale di Vipiteno (Tel. 0472 - 774 316). Questa provvederà a rilasciarvi il libretto sanitario nel quale ci sarà l'appunto „senza medico“, cosa che vi darà il diritto ad usufruire gratuitamente delle prestazioni previste nel contratto dei pediatri di base.

2) Orari d'apertura dell'ambulatorio pediatrico e sistema di prenotazione

Lunedì, Martedì	8:30 – 12:30	13:30-16:00
Mercoledì	8:30 – 12:30	13:30-18:00
Giovedì	8:30 – 12:30	13:30-16:00
Venerdì	8:30 – 12:30	
Sabato	9:00 – 11:00	

Per prenotare, disdire o spostare una visita pediatrica prego rivolgersi dal lunedì al venerdì dalle ore 8:00 - 12:00 alla **segreteria dei poliambulatori** al seguente numero telefonico: **0472 - 774 632**. Non è possibile prenotare le visite via e-mail.

Al di fuori di questi orari, per urgenze, potrete rivolgervi al centralino dell'ospedale al numero 0472 - 774 111. Il centralinista vi passerà il pediatra/medico di pronto soccorso o l'infermiera di turno in ambulatorio/reparto.

Il sabato, la domenica e nei giorni festivi è a disposizione in sede una pediatra dalle **08:30-13:30**, dopo questo orario un pediatra è reperibile telefonicamente.

Di notte, durante i festivi e nei fine settimana (al di fuori degli orari sopra indicati) ci sono due possibilità:

1. Rivolgetevi **direttamente al Pronto Soccorso** dell'ospedale di Vipiteno. Se necessario, il medico di guardia chiamerà il pediatra di turno.
2. Potete rivolgervi anche **al medico di base di turno** del territorio.
Visite a domicilio sono possibili, verranno effettuate però solamente in caso di assoluta necessità!

Numeri di telefono utili:

Reparto di pediatria 0472 - 774 340

L'ambulatorio di pediatria si impegna ad accogliere i pazienti per una visita il giorno stesso. Se dovesse esserci un'alta affluenza di pazienti, le visite non urgenti verranno programmate per il giorno seguente.

3) Visite di prevenzione – bilanci di salute

Le visite di prevenzione sono visite effettuate ad intervalli regolari per valutare lo sviluppo dei bambini e riconoscere tempestivamente eventuali disturbi o problemi.

Tutti i bilanci di salute, tranne il primo all'età di 4-6 settimane, vengono effettuati presso il poliambulatorio di pediatria (piano -1). Ad ogni visita verrà concordato l'appuntamento successivo.

Per cambiare o disdire un appuntamento vi pregiamo di rivolgervi alla segreteria dei poliambulatori: lun.-ven. ore 8:00 - 12:00, Tel. 0472 - 774 632!

Calendario dei bilanci di salute:



4) Ambulatori specialistici

Ambulatorio per lattanti e bambini fino ai 3 anni con disturbi del sonno, pianto o alimentazione

Consulenza per bambini con

- pianto eccessivo
- disturbi del sonno
- comportamento alimentare disturbato

L'obiettivo di questo ambulatorio è di aiutare i genitori a superare queste fasi difficili e restituire a loro la fiducia nelle loro capacità usando un approccio diagnostico – terapeutico nonché di tipo consultivo.

Visita dello sviluppo

Durante la visita vengono controllate le capacità motorie, linguistiche e cognitive dei bambini usando test specifici per valutare

- sviluppo regolare e varianti della norma
- disturbi dello sviluppo (ad.es. ritardo nell'ambito del gioco, dello sviluppo cognitivo, del linguaggio e dello sviluppo motorio)
- disturbi del comportamento.

Tutti gli ambiti fondamentali dello sviluppo nonché l'ambiente sociale e familiare vengono integrati complessivamente nella valutazione. Se necessario, verranno iniziati percorsi terapeutici interprofessionali con vari terapeuti o altri specialisti.

Ambulatorio allergologico e pneumologico

L'ambulatorio si occupa della diagnosi, terapia e presa in carico di bambini ed adolescenti con sintomi respiratori da allergie stagionali o perenni. Offriamo:

- spirometria, pricktest, rast-test
- desensibilizzazioni/ iposensibilizzazioni

Ambulatorio di prevenzione e trattamento di sovrappeso e obesità in età evolutiva

L'ambulatorio è pensato per bambini ed adolescenti con problemi di sovrappeso e obesità e prevede l'intervento multidisciplinare di pediatra, dietista, psicologa e professionista in scienze motorie, mirando non al controllo assiduo del peso, ma alla valorizzazione degli obiettivi raggiunti. Gli incontri puntano su counselling svolto con i genitori nel caso di bambini e con genitori e ragazzi nel caso di adolescenti.



Ambulatorio nefrologico

L'ambulatorio si occupa della diagnosi, terapia e presa in carico ambulatoriale di bambini ed adolescenti che soffrono di malattie renali e delle vie urinarie:

- infezioni delle vie urinarie
- enuresi, incontinenza
- malformazioni congenite o acquisite dei reni e delle vie urinarie

Stretta collaborazione con la nefrologia pediatrica e l'urologia pediatrica dell'ospedale di Bolzano

Ambulatorio interdisciplinare con i colleghi della neuropsichiatria infantile (Dr.ssa D.Zini)

Riguardo a tutti gli **altri ambulatori** specialistici sussiste una stretta collaborazione con altri reparti di pediatria dell'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige nonché collaborazioni transregionali (cliniche universitarie di Padova e di Verona) ed internazionali (Kinderspital di Zurigo, clinica universitaria di Innsbruck)

5) Servizio di prevenzione – Consultorio di Vipiteno

Per controlli del peso, consulenze nutrizionali (allattamento, integrazione), igiene neonatale ecc. potete rivolgervi ai diversi servizi preventivi dell'azienda sanitaria.

Servizi preventivi nel comprensorio Alta Valle Isarco:

Consultorio di Vipiteno: 0472 - 774 621. Se non raggiungibile telefonicamente, mandate una e-mail all'indirizzo vorsorge.sterzing@sabes.it con una richiesta di essere richiamati

Per ulteriore assistenza potete rivolgervi al **distretto sociale Wipptal:** 0472 - 726 000, distretto.sociale@wipptal.org.

Per informazioni riguardo agli aiuti disponibili andate sul sito www.wipptal.org

Per l'assistenza economico- sociale potete contattare i numeri 0472 - 726 031, 0472 - 726 033 oppure 0472 - 726 030 nonché l'indirizzo e-mail fsh@wipptal.org

6) Quali sono i percorsi burocratici necessari dopo la nascita del bambino?

Cosa?	Quando?	Documenti necessari
Registrazione del bambino in comune	Entro 10 giorni dalla nascita	Attestato di nascita (consegnatovi dopo il parto dall'ostetrica)
Registrazione del bambino presso la dirigenza amministrativa del territorio (ex -cassa malati) per il rilascio del libretto sanitario	Dopo la registrazione in Comune - prima della prima visita preventiva	Carta d'identità Codice Fiscale

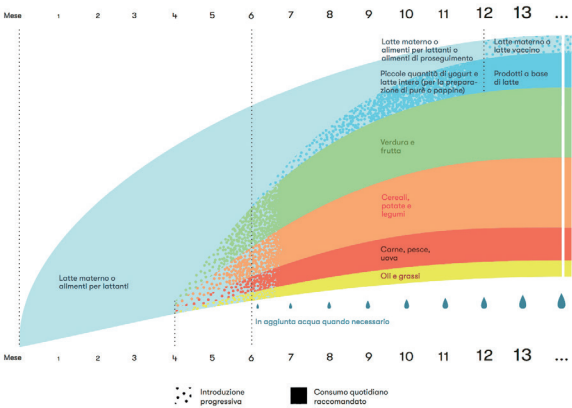
7) Informazioni utili

Alimentazione

Il latte materno è l'alimento più naturale per i lattanti sani nel primo anno di vita. Se non volete o potete allattare, il latte in polvere è un'ottima alternativa. Allattate o date il biberon al lattante possibilmente al bisogno, questo vale anche di notte. Per problemi riguardanti l'allattamento potete contattare l'ostetrica o il consultorio materno infantile.

Un'alimentazione del lattante unicamente con latte animale (ad esempio latte vaccino, di capra o di cavalla) non è consigliata nel primo anno di vita. Le associazioni scientifiche internazionali sconsigliano inoltre un'alimentazione vegana durante la gravidanza, l'allattamento e l'infanzia.

Introduzione di alimenti nello svezzamento



© Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV, Società Svizzera di Nutrizione SBN, Società Svizzera di Pediatria SSP, 2018

Peso

Ogni neonato presenta un lieve calo del peso dopo la nascita. Il peso alla nascita dovrebbe essere raggiunto entro il 10° giorno di vita. L'aumento di peso settimanale fino al 3° mese di vita si aggira intorno ai 150g/settimana.

Nelle prime 4 settimane di vita è consigliato un controllo del peso 1x/settimana presso il consultorio materno infantile o dal pediatra, se dovessero esserci insicurezze o difficoltà nell'alimentazione i controlli possono essere anche più frequenti.

Cura ombelicale

Al momento della dimissione dall'ospedale riceverete informazioni su come curare l'ombelico a casa. Nel caso in cui il moncone ombelicale dovesse già essersi staccato, l'ombelico non necessita più di cure. Se il moncone non dovesse staccarsi entro le prime 2 settimane di vita o la zona ombelicale dovesse presentarsi arrossata, maleodorante o se notate delle secrezioni, siete pregati di portare il bambino dall'ostetrica o dalla pediatra.

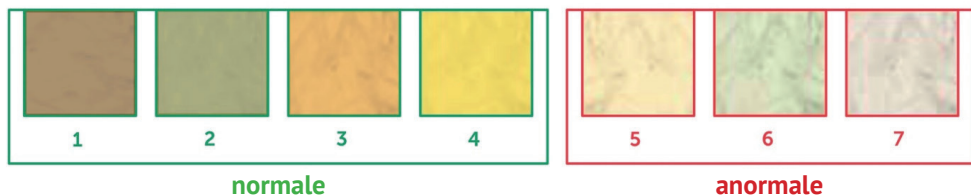
Ittero neonatale

L'ittero neonatale si riconosce dal colorito giallastro della pelle e della congiuntiva degli occhi. I sintomi più acuti sono il 3° e 5° giorno di vita e dovrebbero diminuire entro il 14° giorno di vita. Nel caso di un aumento dell'ittero, carenza di appetito, sonnolenza accentuata o se l'ittero dura più di 14 giorni si consiglia di contattare una pediatra.

Colore delle feci

Il colore delle feci dei neonati cambia in base alla loro alimentazione nonché all'alimentazione delle madri se allattati. Se le feci sono molto chiare e corrispondono ai numeri 5, 6 o 7 della scala sottostante, contattateci tempestivamente. Controllando il colore delle feci determinate patologie del fegato possono essere riconosciute e trattate rapidamente.

Carta colorimetrica delle feci



Ritmo sonno-veglia

Nei primi anni di vita i bambini fanno grandissimi passi riguardo al comportamento del sonno: le fasi sonno-veglia piano piano diventano un ritmo giorno-notte e diventano quindi anche più regolari. Nel periodo neonatale i bambini dormono ca. 12-18 ore al giorno. Quando i bambini sono svegli hanno bisogno di attenzione e cure: spegnete i mezzi elettronici, parlate con i bimbi o cantate loro una canzone. Nel corso degli anni il bisogno di dormire diminuisce, all'età di 2 anni i bambini dormono ca. 11-15 ore al giorno.

Posizionamento

Quando i bambini sono *svegli* dovrebbero assumere diverse posizioni, ad.es. la posizione prona, appoggiati al genitore o seduti sulle sue ginocchia. Questo aiuta lo sviluppo motorio e favorisce una crescita armoniosa del cranio.

Durante il *sonno* i bambini devono assumere sempre una posizione supina, mai prona.

Provvedimenti per ridurre il rischio di morte bianca

Le cause di morte bianca sono state studiate accuratamente per molti anni ma rimangono ancora sconosciute.



Con poche misure semplici il rischio di morte improvvisa può essere ridotto considerevolmente:

- posizione supina durante il sonno, mai prona!
- dormire in un letto proprio nella camera da letto dei genitori
- non fumare in casa
- temperatura della stanza di 18° - 20°C, durante il sonno non è necessario mettere un cappellino. Le mani e i piedi dei neonati sono tendenzialmente freddi, quindi è meglio controllare la temperatura corporea toccando la nuca del bambino per evitare di surriscaldarlo
- non utilizzare cuscini o imbottiture delle pareti del lettino
- non lasciare peluche o altri oggetti nel lettino
- usare un sacco nanna al posto di una coperta
- se il bambino lo accetta, dare il ciuccio durante il sonno
- se possibile allattare il neonato
- vaccinare il bambino
- evitare collane (rischio di strangolamento!)

Pianto

Un lattante piange quando ha fame, ha sonno, vuole attenzione o coccole, quando ha bisogno di essere cambiato o quando qualcosa gli dà fastidio. Alcuni bebè soffrono di “coliche”, cioè crampi addominali. Se il bambino piange nonostante abbia appena mangiato e sia stato cambiato, provi a dondolarlo o metterlo giù. In nessun caso bisogna scuotere il bambino. Se dovete sentirne l'esigenza o provare tristezza, non esitate a contattarci e provvederemo ad aiutarvi. Siamo a vostra disposizione e possiamo offrire conforto ed assistenza.



Febbre

La febbre è un sintomo, quindi un'indicazione per una possibile malattia e deve essere presa sul serio. Durante il primo anno di vita la temperatura deve essere misurata esclusivamente per via **rettale**, quindi con l'apposito termometro nel retto.

Nel caso di febbre, soprattutto nei primi 3 mesi di vita, contattateci senza esitare!

Generalmente vale:

Nei **bambini con età inferiore ai 3 mesi** si parla di **febbre** se la temperatura corporea supera i **38°C**

Nei **bambini con età superiore ai 4 mesi** si parla di **febbre** se la temperatura supera i **38.5°C**

Vitamina D e K

Tutti i neonati necessitano di una supplementazione di vitamina D e vitamina K.

La vitamina D è importante per la crescita e lo sviluppo dei bambini, soprattutto delle ossa.

La vitamina K è necessaria per la coagulazione e può impedire importanti sanguinamenti cerebrali nei neonati e lattanti causati da un deficit di vitamina K.

Consigliamo nei bambini sani e nati a termine:

Dal 14°giorno di vita fino al 3°mese:

- 400 unità di vitamina D e 50 µg di vitamina K (p.es. 0.5ml Ditrevit forte K) 1x/giorno

Dal 4°mese di vita fino al 1°compleanno:

400 unità di vitamina D (p.es. 0.5ml Ditrevit forte) 1x/giorno

- Per i nati prematuri valgono altre raccomandazioni che potete trovare nella lettera di dimissione.

Ecografia delle anche

L'ecografia delle anche viene effettuata durante il primo bilancio di salute tra la 4° e la 6° settimana di vita. Riceverete l'appuntamento alla dimissione dal nido.

Vaccini

I vaccini si sono dimostrati come l'arma più efficace nella prevenzione delle malattie infettive a livello internazionale. Sono sicuri, utili e consigliati dalle società professionali mediche di tutto il mondo.

Reazioni ai vaccini sono possibili e comportano soprattutto sintomi come dolore e gonfiore presso il sito d'iniezione, temperatura corporea leggermente elevata e malessere generale. Queste reazioni si presentano saltuariamente, sono innocue e scompaiono dopo pochi giorni. Reazioni gravi sono estremamente rare. La probabilità di subire danni causati da un vaccino sono minimi, il rischio di danni causati dalle rispettive malattie è molto più elevato, se i vaccini non vengono eseguiti.

Anche gli adulti dovrebbero fare i richiami dei vaccini regolarmente – sapevate che le persone a contatto con un neonato dovrebbero essere vaccinate contro la pertosse, il morbillo e l'influenza?



Prevenzione di incidenti

Il vostro bambino è un ricercatore e vorrebbe esplorare il mondo! Non lasciatelo mai solo o inosservato durante questa sua missione.

Con la giusta valutazione dei rischi è possibile evitare incidenti. È importante sapere che i rischi cambiano in base alle capacità e il perimetro di mobilità dei bambini.

Strangolamento/Soffocamento:

- evitare collane (anche collane d'ambra!)
- non farli giocare con corde, cavi o sacchetti di plastica
- togliere piccoli oggetti/giocattoli
- non dare noci intere, carote crude, caramelle o gomme da masticare sotto i 3 anni



Cadute:

- non lasciare mai il bebè da solo sul fasciatoio
- montare un cancello se ci sono delle scale nonché dispositivi di sicurezza alle finestre
- fare indossare un casco sciando, andando in bicicletta, slittando, pattinando ecc.



Avvelenamenti:

- applicare chiusure per cassetti che contengono medicinali, insetticidi, detersivi, concime, batterie ecc.

Ustioni:

- evitare contatto diretto con borse dell'acqua calda
- non riscaldare la pappa e/o il latte nel forno a microonde
- posizionare i liquidi bollenti fuori dalla portata dei bambini
- montare dispositivi di sicurezza ai piani di cottura e forni
- montare protezioni per le prese elettriche
- applicare una protezione solare adeguata

Annegamento:

- non lasci mai inosservato il bambino nella vasca da bagno o in piscina
- è importante imparare a nuotare il prima possibile

Se nonostante tutte le precauzioni dovesse succedere qualcosa, contatti tempestivamente la pediatra o il 112.

Igiene dentale

La formazione dei denti inizia già in gravidanza. I primi denti da latte erompono attorno ai 5-10 mesi di vita e iniziano a cadere dal 6°anno di vita in poi. Contemporaneamente erompono i primi denti permanenti.

Durante la dentizione i bambini possono essere irrequieti, le gengive possono essere gonfie ed arrossate. Febbre ($>38,5^{\circ}\text{C}$), diarrea o altri sintomi non sono dovuti alla dentizione.

Evitate di dare bevande zuccherate al vostro bebè. Il miele è proibito in generale fino al 1° compleanno. Non leccate il ciuccio o il cucchiaino del bambino, visto che possono essere trasmessi batteri che favoriscono lo sviluppo di carie dalla vostra bocca a quella del bambino. È inoltre sconsigliato dare il biberon ai bambini nel letto o nel passeggino per evitare che succhino in continuazione, anche questo può favorire lo sviluppo di carie. All'età di 12 mesi è consigliato il passaggio dal biberon al bicchierino/tazzina.

L'igiene dentale inizia con l'eruzione del 1°dente da latte. Usate uno spazzolino morbido per lattanti ed un dentifricio con fluoro per bebè. Inizialmente è sufficiente lavare i denti 1 volta al giorno, a partire dal 2°anno di vita è necessario lavarli 2 volte al giorno. Fino all'età di 8 anni i genitori sono tenuti a controllare e aiutare la pulizia dei denti, dato che la motricità fine dei bambini spesso non è ancora sufficientemente sviluppata per una pulizia adeguata dei denti.



Cura della zona pannolino

La cute delle natiche e dei genitali dei lattanti è particolarmente suscettibile ad irritazioni a causa dell'umidità e degli sfregamenti da pannolino.

In generale si consiglia di lavare la cute con acqua corrente o usare salviette umide, la cute dei neonati può anche essere deterisa con ovatta e olio di mandorla. Prima di chiudere il pannolino pulito è importante far sì che le pieghe siano asciutte.

Se i bambini sono sani e non presentano irritazioni cutanee non è necessaria l'applicazione di creme o altri prodotti.

Cute lievemente arrossata:

- cambiare spesso il pannolino, di notte solo dopo che è andato di corpo
- applicare una crema grassa (p.es. Bepanthen) ad ogni cambio pannolino

Cute fortemente arrossata:

- cambio pannolino ogni 3-4h e dopo che è andato di corpo
- se diarrea cambiare il pannolino 1-2 volte anche di notte
- applicare crema allo zinco (p.es. Penaten) ad ogni cambio pannolino

Se ci sono lesioni cutanee (essudative o asciutte):

- se possibile evitare di mettere un pannolino per alcune ore

Se il rossore persiste per 2-3 giorni nonostante abbiate adottato le misure adeguate, se notate zone tondeggianti bianche o rosse attorno al rossore principale (candida) o se il bambino si presenta spassato, ha febbre o difficoltà ad assumere liquidi contattate la pediatra.

Posizionamento rialzato contro il reflusso

Il reflusso gastroesofageo è definito come il refluire del contenuto dello stomaco nell'esofago. I lattanti presentano spesso reflusso, che a quest'età si manifesta con vomiti di piccole o medie quantità di latte. È importante assumere una posizione stabile e un atteggiamen-

to tranquillo del bambino durante i pasti di latte, dato che questo può diminuire la deglutizione di aria durante il pasto. Potete aiutare vostro figlio a rigurgitare l'aria dopo il pasto battendo leggermente sulla schiena oppure disegnando lentamente un cerchio con il busto del bambino in posizione seduta.

Anche il posizionamento rialzato ha mostrato efficacia:



Il posizionamento a 3 livelli

In questo posizionamento la testa, il torace e il bacino del lattante sono ben appoggiati e il bambino non scivola. Il posizionamento può essere effettuato con 2 asciugamani da bagno.

Istruzioni per piegare gli asciugamani da bagno

1. Piegare un asciugamano da bagno per lungo



Piegare un secondo asciugamano nella stessa maniera e appoggiarlo sul primo asciugamano per raggiungere un rialzo di ca. 30 gradi



AUTONOME PROVINZ BOZEN – SÜDTIROL
PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO – ALTO ADIGE
PROVINCIA AUTONOMA DE BULSAN – SÜDTIROL

Südtiroler
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudirol

GESUNDHEITSBEZIRK BRIXEN
Krankenhaus Sterzing

COMPENSORIO SANITARIO DI BRESSANONE
Ospedale di Vipiteno