

Zastrzyk witaminy K: dlaczego jest potrzebny mojemu noworodkowi?

Co to jest witamina K?

Witamina K to ważna substancja odżywcza. Organizm wykorzystuje ją do wspomagania krzepnięcia krwi i zatrzymywania krwawienia.

Skąd pozyskujemy witaminę K w sposób naturalny?

Dorośli pozyskują witaminę K z żywności i bakterii żyjących w jelitach. Dzieci rodzą się z niskim poziomem witaminy K i mają za mało bakterii, aby samodzielnie wytwarzać witaminę K¹. Zastrzyk witaminy K podnosi poziom witaminy K po urodzeniu.

Dlaczego niemowlęta potrzebują witaminy K?

Wszystkie dzieci rodzą się z niskim poziomem witaminy K². Jest jej za mało, by zapobiec zaburzeniu krzepnięcia nazywanemu krwawieniem z niedoboru witaminy K (vitamin K deficiency bleeding).

Co to jest krwawienie z niedoboru witaminy K?

Krwawienie z niedoboru witaminy K to zaburzenie krzepliwości u niemowląt. Można mu zapobiec jednym zastrzykiem witaminy K wkrótce po urodzeniu. Bez tego zastrzyku krwawienie z niedoboru witaminy K może mieć tragiczne skutki dla niemowlęcia, nawet jeżeli nie ma ono obrażeń fizycznych. Do krwawienia z niedoboru witaminy K dochodzi, kiedy nie można powstrzymać krwotoku u dzieci, ponieważ ich krew zawiera za mało witaminy K, by doszło do krzepnięcia. Krwawienie może być wewnętrzne lub zewnętrzne. Krwawienie wewnętrzne może być trudne do zauważenia. Dziecko, u którego występuje krwawienie z niedoboru witaminy K, może krwawić do narządów wewnętrznych lub mózgu, co może prowadzić do uszkodzenia mózgu, a nawet śmierci. Do większości przypadków krwawienia z niedoboru witaminy K dochodzi w ciągu pierwszych dwóch tygodni życia, ale u dzieci, które nie otrzymają zastrzyku z witaminą K, ryzyko krwawienia z niedoboru witaminy K może się utrzymywać do szóstego miesiąca życia¹.

Czy wszystkie niemowlęta w Nowym Jorku muszą otrzymywać witaminę K?

Tak. Stan Nowy Jork wymaga, aby świadczeniodawca medyczny dziecka podał witaminę K w ciągu sześciu godzin od urodzenia w celu zapobieżenia krwawieniu z niedoboru witaminy K. Amerykańska Akademia Pediatrii (American Academy of Pediatrics) zaleca podawanie zastrzyków z witaminą K noworodkom w dawce domięśniowej³. Zastrzyki z witaminy K są stosowane od czasu ich pierwszego zalecenia przez Amerykańską Akademię Pediatrii w 1961 r.

Czy karmienie piersią podniesie poziom witaminy K u mojego dziecka?

Mleko matki jest najbardziej odżywczym pokarmem dla dziecka, ale zawiera ono za mało witaminy K. Nawet jeśli rodzic spożywa więcej pokarmów bogatych w witaminę K lub przyjmuje suplementy z witaminą K w okresie ciąży lub karmienia piersią, dziecko nadal będzie mieć za mało witaminy K, aby zapobiec krwawieniom z niedoboru witaminy K¹. Amerykańska Akademia Pediatrii zaleca, aby wszystkie noworodki, niezależnie od tego, czy są karmione piersią czy preparatami, otrzymywały zastrzyk witaminy K⁴.

A co z doustnym podawaniem witaminy K?

Witamina K podawana doustnie noworodkom nie chroni ich tak dobrze i nie została zatwierdzona do stosowania u noworodków przez amerykańską Agencję ds. Żywności i Leków (United States Food and Drug Administration)⁵. Zastrzyk witaminy K po urodzeniu jest najlepszym sposobem zapobiegania krwawieniu z niedoboru witaminy K.

Czy z zastrzykiem witaminy K wiążą się jakieś zagrożenia?

Nie. Witamina K jest bezpiecznie stosowana w celu zapobiegania krwawieniu u noworodków od 1961 roku. Zastrzyk witaminy K jest bezpieczny i niezbędny dla Twojego dziecka.

Czy zastrzyk witaminy K jest bolesny?

Rodzice nie lubią obserwować bólu u swoich dzieci. Po otrzymaniu zastrzyku witaminy K niemowlęta odczuwają pewien dyskomfort⁶. Aby uspokoić niemowlę po zastrzyku witaminy K, można je nakarmić piersią, przytulić, utrzymując kontakt „skóra do skóry”, albo opatulić⁵. Każde z tych działań jest świetnym sposobem na uspokojenie niemowlęcia.

¹ www.cdc.gov/ncbddd/vitamink/faqs.html

² www.mountsinai.org/health-library/diseases-conditions/vitamin-k-deficiency-bleeding-of-the-newborn

³ <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/delivery-beyond/Pages/Where-We-Stand-Administration-of-Vitamin-K.aspx>

⁴ www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/diet-and-micronutrients/vitamin-k.html

⁵ www.med.umich.edu/1libr/Pediatrics/VitaminKQuestionsAndAnswers.pdf

⁶ www.womenshealth.gov/pregnancy/childbirth-and-beyond/your-babys-first-hours-life