



## Ljudanpassningar på neonatalavdelningen

Fostret hör och reagerar på ljud från 5:e graviditetsmånaden (röster, musik, mammans hjärtslag och tarmljud etc). Inne i magen skyddas barnet från höga ljud och befinner sig i en trygg och stödjande miljö. Dessutom får de vila från många av omgivningsljuden när mamman sover. Positiva ljudupplevelser är viktigt för alla växande barn både under graviditeten och efter födelsen för att främja utvecklingen.

Miljön på en neonatalavdelning kan vara stöjig. Ibland förekommer mycket höga ljud, såsom larm och ljud från utrustning. Det kan också vara en konstant hög ljudnivå dygnet runt av samtal och det dagliga arbetet som vårdpersonalen måste utföra. Forskning har visat att prematura och/eller sjuka barn på vårdavdelning upplever en högljudd omgivning som stressande och obehaglig;

- Oljud kan göra att barnet vaknar innan det är redo, eller hindrar det från att komma till ro och somna
- Barnet har svårare att komma ned i djup sömn, som det behöver för att växa, utvecklas och tillfriskna
- Barnets hörsel och språkutveckling kan påverkas
- Vissa barn skräms av plötsliga ljud, vilket kan orsaka svängningar i deras andningsfrekvens, blodtryck, hjärtfrekvens
- Barnen kan få det svårare att uppfatta, lära sig och njuta av "trevliga ljud" såsom föräldrarnas röst

### Vad man kan göra för att minska oljud och stödja sjuka/prematura barn

- När du pratar med din bebis, använd en dämpad, mjuk och lugnande röst så att bebisen lär sig att njuta av din röst
- Se hur ditt barn svarar på olika ljud, så kan vi lära oss vad just ditt barn tycker om/inte tycker om och anpassa vården därefter.

**Postadress:**

Neonatalverksamheten  
Neo-IVA 316/Neo Östra/HSV/Neomott  
Sahlgrenska Universitetssjukhuset  
413 45 Göteborg

**Telefon:**

031-342 10 00

**Webbplats:**

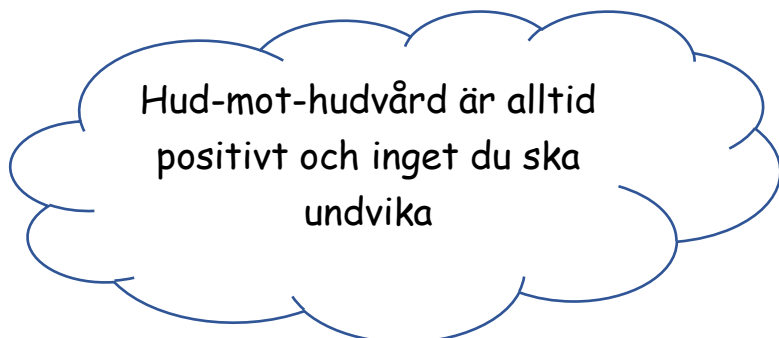
sahlgrenska.se

- Om du vill prata med din bebis som ligger i kuvös, öppna kuvösluckorna för att minimera att din röst förvrängs
- Öppna och stäng kuvösluckorna försiktigt
- Lägg inte något ovanpå kuvösen
- Kuvösen ska ha ett kuvöstäcke för att dämpa omgivningsljud
- När ditt barn sover och nattetid, försök att sänka ljudnivån ännu mer. Bäddmaterial inne i kuvösen stöttar ditt barn, men hjälper också till att absorbera höga ljud och eko/resonansljud
- Om vårdrummet är extra stöjigt vid något tillfälle, prata med personalen om din upplevelse för att se om det finns något som kan göras för att dämpa ljudet
- Om din bebis är fullgången/nära fullgången tid kan hen tycka om att du sjunger eller berättar en saga. Inspelad musik/röster rekommenderas inte eftersom de inte svarar på barnets signaler, inspelat ljud tenderar också att vara upprepanande och göra rummet stöjigare för andra barn i rummet

## Ljurstimulans för friska/fullgångna barn

Barn efter motsvarande fullgången tid som är välmående och visar att de är redo att uppleva nya ljudupplevelser/stimulering kan uppskatta följande:

- Att bli sjungen för
- Få en saga läst för sig
- En lugnande, mjuk röst vid insomning
- Leksaker med ljud (skallror, mobiler)



Hud-mot-hudvård är alltid  
positivt och inget du ska  
undvika

**Postadress:**

Neonatalverksamheten  
Neo-IVA 316/Neo Östra/HSV/Neomott  
Sahlgrenska Universitetssjukhuset  
413 45 Göteborg

**Telefon:**

031-342 10 00

**Webbplats:**

sahlgrenska.se