

## Ostala važna obaveštenja!

Vaša beba je na rođenju dobila 1mg vitamina K, radi sprečavanja mogućih novorođenačkih krvavljenja i pomoći u zgrušavanju njene krvi. Osim toga, dobila je i prve doze vakcine protiv Hepatitisa B i tuberkuloze. Na nadlaktici leve ruke će se tokom narednih nedelja primećivati ožiljak. Svakom novorođenčetu se uzima krv za obavezni metabolički skrining u prva tri dana života. Može se desiti da Vas zbog toga još jednom, po izlasku, pozovemo.



Od petnaestog dana života, ukoliko vaša beba sisa, treba da ukapate 1 kap Vigantola (vitamin D) u kašičicu vašeg mleka dnevno. Ukoliko vaša beba ne sisa, već joj dajete adaptiranu formulu, nije potrebno da dodajete vitamin D. Dve do tri nedelje po otpustu iz bolnice odvedite bebu na pedijatrijski pregled. Tamo će se nastaviti dalje praćenje deteta i nastaviti sa obaveznim vakcinacijama.

### I, zapamtite...

Beba se lakše razboli i teže ozdravi nego odrastao čovek. U prvim mesecima života, najbolje je da negu deteta obavlja samo majka. Izbegavajte posete bolesnih i nepoznatih ljudi. Ne dozvolite nikom da ljubi i duva u vašu bebu. Flašice i cucle temeljno operite pre i posle upotrebe. Detetu prilazite samo u čistoj odeći i uzimajte ga čistim rukama. Ukoliko u vašoj kući ima akutno bolesnih članova domaćinstva, ne dozvolite im kontakt sa vašom bebom.



ODSEK NEONATOLOGIJE

[www.zcvaljevo.co.yu](http://www.zcvaljevo.co.yu)

## PRIRUČNIK ZA NEGU BEBA U PRVIM MESECIMA ŽIVOTA

# Beba



*Drage mame, čestitamo Vam na divnoj bebi  
sa kojom ćete otići kući  
i nadamo se da će sledećih nekoliko saveta  
biti od pomoći...*

## Kako da hranite svoje dete?

Dojenje je svakako najbolji način da Vaše dete lepo raste, razvija se i da bude zaštićeno od ozbiljnih bolesti. Vaše mleko je najbolja i nezamenljiva hrana vašem detetu i nema lošeg ili „vodenog“ mleka. Kad god je beba budna, pokušajte podoj. Količina i osobine mleka u vašim grudima se postepeno, tokom dojenja, menja. Nemojte brinuti što ga u početku ima malo. U toku prvih meseci dozvolite bebi da sisa i noću i ne pokušavajte da ukinete noćni podoj. U prvom mesecu posle porodjaja dozvolite bebi da gotovo potpuno isprazni jednu pre nego što predje na drugu dojku, jer je poslednje mleko u svakoj dojci najmasnije. Razmak između podoja u prvom mesecu ne treba da bude duži od tri sata, tako da dete, ukoliko prespava ovaj period, treba probuditi i pokušati podoj. Nakon podoja uspravite bebu i dozvolite joj da izbaci vazduh koji je sa podojem progutala. Bljuckanje (slivanje mleka niz ugao usana) je uobičajeno u prvim mesecima života. Takođe, Vaša beba u prvim mesecima života može imati i po nekoliko stolica dnevno. One su brze, čujne, a u prvom mesecu javljaju se u toku ili neposredno posle podoja. Predstavljaju uobičajenu pojavu i ne znače proliv. Boja stolice je obično žuta, ali jedna ili više zelenih stolica ne znači „gladno dete“ već označava brz prolaz hrane kroz bebina creva.

U prvih 4-6 meseci života Vašoj bebi, osim Vašeg mleka, nije potrebna druga hrana. Po podoju možete bebi ponuditi običnu (negaziranu), flaširanu, nezasladjenu vodu, ali beba koja je dobro sisala uzeće tek po koji gutljaj. Prvu procenu bebinog napredovanja obavlja pedijatar u savetovalištu, dve nedelje po napuštanju porodilišta. Upamtite da ne postoji magični broj grama koji treba dostići u ovom periodu, i da je mnogo važnije da se za ovo vreme uspostavi ritam podoja i da beba i mama budu bez zdravstvenih problema.

Dokle god dojite bebu izbegavajte cigarete, alkohol, previše kafe, začinjenu, ljutu i kiselu hranu, i obavestite pedijatra ako morate da uzimate neki lek.



## Kako da negujete pupak?

Pupčanik otpada u nivou spoja sa kožom tokom prvih sedam do deset dana. Po otpustu iz bolnice, ako pupčanik nije otpao, negovaćete ga na sledeći način: čistim rukama poličete po pupčanom patrljku i koži oko pupka hidrogen za rane, a višak tečnosti nežno obrisati suvom, sterilnom gazom. Kad pupčanik otpadne, na mestu spoja sa kožom stvara se pupčana rana. Jednom dnevno, nakon kupanja, pospite pupčanu ranu hidrogenom za rane i ponovo višak tečnosti, nežno obrišite suvom, sterilnom gazom. Preko toga stavite čistu, suhu, sterilnu gazu i blago omotajte zavojem. Izbegavajte kvašenje pupčane rane, koja normalno zarasta u unutar dve do tri nedelje. Pupčana rana može biti ulazno mesto za ozbiljne infekcije. Procenu pupčane rane uradiće pedijatar prilikom prve posete savetovalištu. Pre toga, potrebno je da i Vi svakodnevno pratite ima li sledećih znakova: crvenilo ivica pupka, gnoj, ili zadržavanje iz rane. Ukoliko ih uočite, odmah se javite pedijatru.



## Kako da kupate i povijate bebu?

Jednom dnevno bebu kupajte mlakom vodom i neutralnom kupkom. Nakon posušivanja, namažite je neutralnom bebi kremom. Ukoliko koristite pamučne pelene, obavezno ih po pranju isperite dva puta da bi otklonili eventualni višak deterdženta. Ne preporučuje se korišćenje omekšivača. Ukoliko koristite jednokratne pelene, bez obzira na njihovu veliku moć upijanja, morate ih često menjati. Ukoliko vam se skrene pažnja na poseban način povijanja, poštujujte ga, jer time dalje obezbeđujete pravilno formiranje kukova.

