

Değerli ebeveynler,

Çocuğunuzun doğumunu en içten dileklerimizle kutlarız!

Bebeğin ilk ayları, mutlu dakikalarla dolu çok özel bir dönemdir. Bununla beraber bir bebekle geçirilen ilk zamanlar oldukça yorucu da olabilir. Küçük çocuklar ilgi ve yakınlığa çok fazla ihtiyaç duyarlar. Bazı çocuklar çok ağlarlar ve kucakta taşımak, hafifçe sallamak, tekrar doyumak ve altlarını temizlemek bile onları sakinleştirmeye yetmez ya da sadece kısa bir süreliğine sakinleştirir. Bu durumda güç ve sabır gereklidir. Çocuk o kadar çok ağlamasa bile bazen sinirlerin yıpranması çok doğaldır. Bu yüzden böyle bir durumda kontrolü kaybetmemek çok önemlidir, zira

Sallamak, hayati tehlike taşıır!

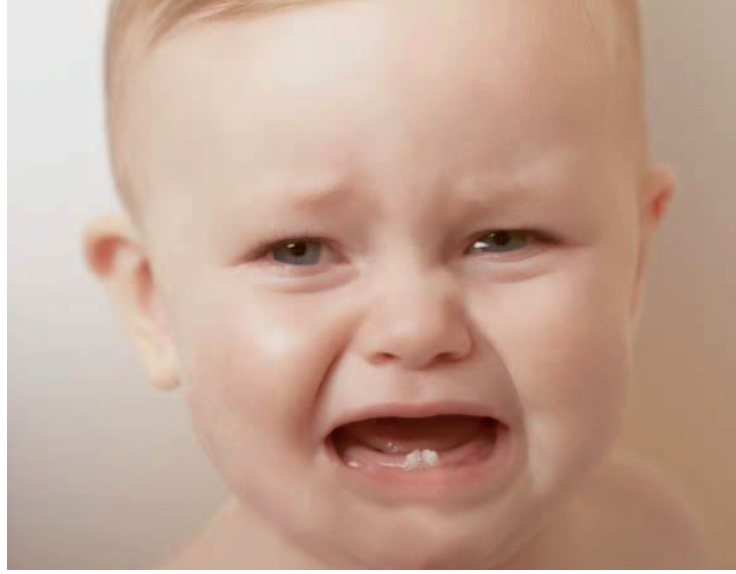
Hakimiyetin kaybedildiği kısacık bir an bebeğin sağlığını, hatta hayatını ve böylelikle de ebeveynlerin hayatını mahvedebilir.

Durumla başa çıkamadığınızı hissettiğinizde zamanında yardım almanız için sizi yüreklendirmek istiyorum. Yardım almak bir zayıflık belirtisi değildir, tam aksine böylece çocuğunuzun iyi gelişiminin sizin için önemli olduğunu göstermiş olursunuz. En uygun yardım için çocuk doktorunuza, ebenize, Sağlık Bakanlığına, Gençlik Dairesine veya mahalli idarelere danışınız. Daha fazla yardım imkanları hakkında bilgiye bu broşürde "Bilgi ve Danışma" başlığı altında ulaşabilirsiniz.

Size önünüzdeki dönem için kuvvet, çocuğunuzla birlikte mutluluklar ve çocuğunuza hayata sağlıklı bir başlangıç dilerim!



Katrin Altpeter
Katrin Altpeter MdL
Çalışma ve Sosyal
Düzen Aile,
Kadınlar ve Yaşlılar
Bakanı
Baden Württemberg



Bebeğim hiç susmadan ağlıyor

Bebeğiniz ağlıyorsa, ne olduğunu hemen anlayamasanız bile bunun her zaman bir sebebi vardır.

Sağlıklı bebekler,

- acıktıklarında
- yorulduklarında
- bezleri kirlendiğinde
- sizin sesinizi duymak istediklerinde
- vücut temasına ihtiyaç duyduklarında ağlarlar.

Sağlıklı bebekler günde ortalama iki-üç saat ağlarlar ama bu süre bazen daha uzun olabilir. İstisnai durumlarda kısa aralıklarla bütün gün ağladıkları da olur. Bu normal olabilir ve altında bir hastalık sebebi olduğu anlamına gelmez.

Ağlamadaki değişikliklere dikkat ediniz. Aşağıda belirtilen durumlarda çocuk doktorunuza veya anneler için danışma merkezleriyle irtibata geçiniz

- Bebeğiniz her zamankinden daha yüksek sesle ve daha uzun ağlıyorsa
- Hasta görünüyorsa
- Sizi korkutacak şekilde ağlıyorsa

Başka neler yapabilirsiniz?

- Bebeğinizi kucağınıza alarak hafifçe sallayınız
- Onunla yavaşça dolaşınız

- Bebeğinizle konuştunuz veya ona alçak sesle şarkı söyleyiniz
- Bebeğinizi bir emzikle sakinleştirmeye çalışınız
- Yavaşça karnını veya sırtını okşayınız
- Ona içecek bir şeyler veriniz
- Bakımı nöbetleşerek yapınız
- Çocuğunuzla dışarıda dolaşınız

Kendinizi çaresiz mi hissediyorsunuz?

Mümkün olan her şeyi denediniz ama bebeğiniz hala ağlıyor mu? Yavaş yavaş yorulduğunuzu ve sabrınızın tükendiğini mi hissediyorsunuz?

Bebeğiniz ağlasa, ağlasa ve ağlasa ve sizin gücünüz kalmamış ve sinirleriniz bozulmuş bile olsa:

Sarsmak, hayati tehlike taşıır!

Biraz uzaklaşmayı deneyin ve sakinleşmek için kendinize bir şans verin, örneğin kısa bir süreliğine odayı terk edin veya güvendiğiniz birini arayın.

Arka sayfada belirtilen irtibat noktalarından tavsiye ve yardım alabilirsiniz (bkz. "Bilgi ve Danışma").

Sarsmak, hayati tehlike taşıır!

Bebeğin kafası özellikle sarsma esnasında korumasız olarak ileri geri sarsılır. Küçük çocuğun beyni çok hassastır ve çabuk zarar görür. Kafanın tutulmadan sert hareketler yapılması bile tehlikeli olabilir. Sarsmadan dolayı beyindeki kan damarları yırtılır. Bu oluşan kanamalar, beyinde çok ama çok ağır olmak üzere şu hasarlara sebebiyet verebilirler:

- Görme, duyma veya konuşma kaybına yol açan gelişim bozuklukları
- Bedensel veya ruhsal bozukluklar
- Davranış bozuklukları
- Kasılmalar

Ölümcül durumlar!

Sarsmak küçük çocuklar için de hayati tehlike taşıır.

Çocuğunuza bakan ve onunla ilgilenen herkesi bilgilendirin:

Sallamak, hayati tehlike taşıır!



Oyun oynarken korkmayın

Hangi sarmanın ne kadar zarar verdiği, duruma göre değişiklik gösterir. Ama kesin olan bir şey vardır ki: Hafifçe sallamak veya oyun esnasında meydana gelen sakarca hareketler bahsi geçen yaralanmalara ve sonuçlara yol açmaz.

Bilgi ve Danışma

- Çevrimiçi yardım için www.bke-elternberatung.de
- Eğitim ve Aile Danışmanlığı Merkezleri için www.bke.de
- **NummergegenKummer**
08 00 - 111 05 50 (Ebeveyn hattı)
Pazartesi-Cuma 9-11 / Salı ve Perşembe 17-19 saatleri arasında
www.nummergegenkummer.de
- Eyalet Programı STÄRKE için www.sozialministerium-bw.de
- Erken tanı muayeneleri için çocuk doktorunuzun muayenehanesi
- Doğum sonrasında pratik yardım için www.welcome-online.de
- Aile ebeleri ve diğer destekler için Gençlik Daireniz
- www.schuetteln-ist-lebensgefaehrlich.de

Yayımlayan

- Baden Württemberg Çalışma ve Sosyal Düzen, Aile, Kadın Ve Yaşlılar Bakanlığı
- Baden Württemberg Eyaleti Sağlık Bakanlığı Stuttgart Yönetim Başkanlığı
- TK- Eyalet Temsilciliği Baden Württemberg

Hannover Tıp Fakültesi

İşbirliğiyle (metin),
Sarsılmış bebek sendromu proje grubu

Katılan kişiler:
www.schuetteln-ist-lebensgefaehrlich.de/team.html



Januar 2012

Sarsmak hayati tehlike taşır!

Bir inisiyatif olarak

