



Kaip pažadinti miegantį naujagimį

Jeigu jūsų naujagimis neprabusdamas miega ilgiau kaip tris valandas ir:

- gimdymo metu jūs negavote jokių vaistų,
- kai ateina laikas valgyti, kūdikis valgo gerai,
- jo vystyklų turinys yra tinkamas (žr. „Pirmųjų dienų vystyklų skaičiaus registravimo dokumentas: apatinė riba“),

tada tikriausiai jis jau toks yra. Stebėkite, kiek kartų per parą tuština vaikas ir kaip auga jo svoris.

Jei kūdikis prastai priauga svorio ir neprabusdamas išmiega daugiau kaip tris valandas, stenkitės jį pažadinti ir pamaitinti bent dešimt kartų per dieną, kol jis ims prabusti pats ir bent keturis kartus tuštinsis pakankamu išmatų kiekiu kiekvieną dieną.

Kūdikį bus lengviau pažadinti, jei pastebėsite ir atpažinsite kitame lape išvardytus alkio požymius. Jeigu pakelta miegančio kūdikio ranka paleista nukrinta lyg akmuo, jį gali būti sunku pažadinti. Po dvidešimties minučių pabandykite dar kartą. Žadindama galite išmėginti šiuos dalykus:

- sumažinkite apšvietimą, užtraukite užuolaidas. Kūdikiui bus lengviau, jei nereikės markstyti dėl ryškios šviesos.
- iš dalies ar visai nurenkite jį. Pasiguldykite sau ant krūtinės.
- glostykite jį ir vadinkite vardu. Masažuokite jo pėdas.
- paguldykite jį ir švelniai perverskite nuo vieno šono ant kito.
- Laikykite kūdikį rankose taip, kad jo galva būtų jūsų delnuose, o kojos ties alkūnėmis. Pakelkite kūdikį į vertikalią padėtį ir vėl nuleiskite į horizontalią.
- pavalykite jo veidą drėgnu rankšluosčiu.
- išspauskite į kūdikio burnytę truputį priešpienio ar pieno, tik truputį, tada sulaukite, kol jis jį nuris, ir išspauskite dar truputį.

Kūdikis gali apžioti krūtį ir žįsti miegodamas, jei žindymui pasiguldysite jį sau ant krūtinės, arba jis gali siurbtelėti pieno iš šaukštelio. Maitinkite jį tokiu būdu, kuris judviem tinka.