

”Trösta ett oroligt barn” – översättning till: turkiska

AĞLAYAN BEBEĞİ SAKİNLEŞTİRMEK

Küçük bebeklerin mizaçları birbirlerinden farklıdır. Bir kısmı huzursuz olur olmaz avaz avaz ağlamaya başlar. Başka çocuklarsa neredeyse her zaman sessizdirler. Kimisi uykuya dalmazdan önce ağlarken, bir kısmı sakin bir şekilde uyur. Bebek yatışmadığında, kolaylıkla üzüntüye kapılıp kendinizi yetersiz hissedersiniz.

Aşağıda çocuğunuzu yatıştırmak için uygulayabileceğiniz bazı tavsiyeler yer almaktadır:

- Çocuğu kucağınıza alın. Göğsünüze doğru yatırın (“ten tene temas” olursa daha iyidir), yavaş ve sakin şekilde nefes alın. Çocuk sizin nasıl olduğunuzu hissedip sakinleşebilir.
- Dikkatli bir şekilde ve sevgiyle çocuğun tenine dokunup okşayın.
- Göğsünüzden emmek isteyip istemediğini araştırın.
- Rahatsız edici sesleri kısın ve ışıkları kısın.
- Sakin bir müzik çalın.
- Sakin şarkılar söyleyin veya sakinleştirici bir şekilde onunla konuşun.
- Dışarı çıkıp bebek arabasıyla gezinti yapın.
- Eşinizden destek isteyin veya güvendiğiniz bir akrabanıza veya arkadaşınıza telefon edip yardım isteyin, böylece bir müddet istirahat etmiş olursunuz.

SHAKEN BABY SYNDROME – SARSINTI GEÇİRMİŞ BİR BEBEK

Bir çocuğun durmaksızın ağlaması ve sakinleşmemesinin ne kadar yorucu olduğunu çocuğu olan herkes bilir.

Ne yapılması gerektiğini bilememe karşısındaki çaresizliğin ne olduğunu bizler de anlıyoruz.

Küçük bir bebeğin beyni yumuşaktır ve kafatasının iç yüzünde hareket halindedir.



Bebek şiddetli bir şekilde sarsıldığı zaman bu yumuşak ve henüz olgunlaşmamış olan beyin, kafatasına doğru çarpar. Bu durum beyinde çarpma ve yıpranma tahribatları yaratır. Beyinle, beyni çevreleyen zar tabaka arasındaki kılcal damarlar kopar ve beyin kanamalarına sebebiyet verir.

İsveç’te her yıl birçok bebek bu tür sarsıntılar sonunda ağır şekilde yaralanmakta veya ölmektedir (shaken baby syndrome). Bu sarsıntıyı ölmeden atlatabilmiş olan bebeklerde ise, örneğin felç, zihinsel özürlük, kramp hastalıkları, körlük ve davranış bozukluklarına yol açan ağır beyin hasarları oluşmuştur.

Bebek ağlamaya devam ediyor olsa da şunu aklından hiç çıkarma: **Bebegini hiçbir zaman sarsma !**

Bebegin çok ağlıyor ise, Çocuk Sağlık Ocağındaki ebeyle bunu konuşun.