



טיפ טיפה טיפים ממני באהבה

הגעתי, אני סוף סוף כאן!
הנה טיפ טיפה טיפים ממני, להתחלה קלה יותר.

טיפול בטבור

לאחר הלידה, חבל הטבור שלי ינשור לבד תוך 1 - 3 שבועות. יש לשמור על הגדם נקי ויבש, במיוחד לאחר הרחצה. אם מזהים הופעת ריח רע, הפרשה צהבהבה, אודם, נפיחות עורית ולא רגישות מקומית מומלץ לפנות לצוות המטפל.

האכלה

הנקה - חלב אם הוא המזון המומלץ ביותר עבורי.

אבל איך יודעים כמה להניק? ההנקה בשבועות הראשונים היא לפי הדרישה שלי, המרווחים בין הארוחות אינם קבועים ואינני מבחיין בין יום ולילה. בחודשיים הראשונים צפויות 8-12 הנקות ביממה. רצוי לא לפתוח פערים בין הארוחות של יותר מ-3 שעות (בממוצע, זה אינדיבידואלי). בהמשך, עם העלייה במשקל ובגיל, משך ההנקות, מספרן ותדירותן ישתנו.

תרכובת מזון לתינוקות (תמ"ל) - אם אני אוכל תמ"ל, חשוב להקפיד לזרוק את הבקבוק שעה מרגע פתיחתו. הכמות הניתנת לי היא ביחס לגילי (הסבר מפורט יינתן לך ע"י האחיות במחלקה).

איך אני אוהב שמאכילים אותי? בין אם זה בהנקה ובין אם תמ"ל - בזמן שמאכילים אותי, אני אוהב מגע קרוב ומחבק ושמירה על קשר עין איתכם, אני מעדיף שיתרכזו רק בי ולא בדברים אחרים. אם אתם מאכילים אותי מבקבוק, תבקשו מהאחות שתדריך אתכם איך להאכיל אותי ב"האכלה קצובה".

החתלה

בזמן ההחתלה וההלבשה מומלץ ליצור איתי קשר עין, לשר ולשוחח איתי, כן! כבר מעכשיו. מומלץ להכין מראש ובהישג יד את הציוד ההכרחי להחלפת החיתול. אסור להשאיר אותי לבד על גבי משטח מוגבה בשום שלב. לשמירה על בטיחותי אין להסיר את היד ממני בעת ההחתלה.

- ניגוב באזור איברי המין ע"י מגבון למטלית לחה, צריך להיות לכיוון פי הטבעת (במיוחד אצל בנות).
- למניעת תפרחת חיתולים, יש להחליף לי חיתול לעיתים קרובות (6-8 חיתולים ביממה) ולמרוח משחה בכמות קטנה.
- בחיתול קיים סמן שתן בצבע צהוב. כשיש שתן בחיתול, הסמן משנה את צבעו לכחול/ירוק. חשוב לעקוב אחרי כמות החיתולים הרטובים שאני נוטן ביממה.

השכבה ושינה

חשוב להשכיב אותי לשינה רק על הגב בכל שעות היום והלילה. (עד שאלמד להתהפך בכוחות עצמי). אין לשים בעריסה בובות/ספרים/מחזיקי מוצצים וכל דבר אחר שעלול לסכן אותי.

התמודדות עם בכי

הבכי שלי הוא ביטוי התפתחותי תקין. ככה אני מתקשר את הצרכים הבסיסיים שלי: רעב, עייפות, החלפת חיתול, צורך במגע וחיבה וכמובן גיהוק (גרפס). ישנן סיבות נוספות לבכי שלי, כגון: כאב, מחלה, בהלה, חום וקור. אפשר להרגיע אותי באמצעות מגע, חיבוק, ערסול וגם בשירה ודיבור שאהובים עליי מאד. **תזכרו שאתם הדבר היחיד שמוכר לי בעולם המפחיד והחדש הזה.** זה בסדר אם בהתחלה תהיו מותסכלים ולא תבינו למה אני בוכה. עם הזמן, אתם תלמדו להכיר אותי ותבינו אותי הכי טוב מכולם. אני זקוק לאהבה, למגע ולמילוי צרכיי הבסיסיים. ומעל הכל - אני זקוק לכם שתעזרו לי להסתגל לעולם.

מתי חשוב לפנות לצוות?

אתם מכירים אותי טוב מכולם, בכל פעם שמתעורר אצלכם חשש, חשוב לשאול! סימנים אליהם חשוב להתייחס:

- פליטות
- שינוי צבע
- סירוב לאכול

אם יש ספק, אין ספק!

ועוד מילה מאיתנו - הצוות במחלקה, אנחנו נמצאים כאן לכל שאלה וחשש, עם הדרכות והסברים במיוחד בשבילכם.

מאחלים מזל-טוב והנאה רבה במסע ההורות.

תמיד בשבילכם.
צוות מחלקת יולדות