

Plakanje / plač



.....

Za bebu je plakanje način izražavanja i komunikacije. Zdrava beba nekada plače i 2 do 3 sata dnevno, često pred večer ili uveče.

Postepeno, naučićete da prepoznajete kada dete plače, na primer, zbog gladi, zbog bolova ili zbog neke neudobnosti.

Tokom prvih meseci života, beba ne plače iz čudljivosti, iz «ćefa», zato što je «kapriciozna»: suviše je mala da bi bila svesna toga i nije za to sposobna. Nekada se događa da ništa ne može da smiri bebu a da vi ne vidite razlog tome.

U tim slučajevima, možete da stavite bebu da leži na leđima u svome krevetu, da je ostavite u polutama i da je obilazite često dok se ne smiri.

.....

Neki od razloga što beba plače

- Gladna je
- Umorna je
- Toplo joj je ili joj je hladno
- Oseća se neprijatno jer joj je pelena uprljana
- Smeta joj buka, svetlo
- U lošem je položaju ili joj je neudobno
- Potrebno joj je da «izbaci» iz sebe pre spavanja sav napon nagomilan u toku dana; to je za bebu način da se opusti i da zaspi
- Kao što je to slučaj sa mnogim bebama, i vašoj bebi je potrebno osećanje sigurnosti, spokojstva, da bude u kontaktu sa okruženjem

Dešava se da beba plače bez razloga.

.....

Nekoliko predloga



- Proverite da li je vaša beba gladna, žedna, da li joj je pelena prljava
- Roditeljske ruke pružaju osećanje sigurnosti i najčešće uspevaju da umire bebu
- Ljuljuškajte bebu
- Prošetajte je
- Pričajte joj tiho, pevušeci
- Okupajte je da bi se opustila
- Masirajte je, posebno po stomaku ako ima gasove
- Sisanje može da uspokoji bebu; dajte joj cuclu, ako je ima

Plać bebe može da bude za vas emocionalno težak ali vremenom ćete naučiti da razumete šta on znači i koje su bebine potrebe.

Plać može vrlo brzo da poremeti porodičnu dinamiku, razgovarajte o tome sa nekim od stručnjaka za rano detinjstvo.



Važno

Ako više ne podnosite plač deteta:

- Nemojte da vičete i nikako ne tresite, ne drmajte dete, jer to može da bude vrlo opasno po njega
- Smestite dete udobno u njegov krevet
- Izadite iz sobe
- Potražite pomoć nekoga od poverenja (porodica, susedi, prijatelji ...)

Ako vam se čini da dete preterano plače ili da ne plače kao obično:

- Telefonirajte babici, bolničarki za rano detinjstvo ili pedijatru
- Pozovite centralu lekara (centrale des médecins) na telefon 0848 133 133.
- Odnosite dete u bolnicu



Programme cantonal de promotion de la santé et de prévention primaire enfants (0-4 ans) - parents



Section VD NE JU
Fédération Suisse de Sages-femmes

