

Ano ang Shaken Baby Syndrome?



Ang Shaken Baby Syndrome ay isang kundisyon na nangyayari kapag ang isang sanggol ay **inalog nang husto**. Ang pag-alog ay maaaring maging *nakamamamatay* na anyo ng pang-aabuso sa bata.

King inalog nang may pwersa ang isang sanggol, maaari itong humantong sa mga problemang panghabambuhay:

- Maaaring *mapinsala* ng pag-alog ang utak ng isang bata.
- Maaaring magdulot ang pag-alog ng *mga permanenteng kapansanan* gaya ng pagkabulag o pagkaparalisa.
- Maaari ding magdulot ng *kamatayan* ang pag-alog.

Huwag na huwag alugin ang isang sanggol! Maaaring mapinsala ng pag-alog ang utak ng iyong anak at maaari din itong magdulot ng kamatayan. Hindi dapat alugin ang sinumang bata, anuman ang edad.

Kapag umiiyak ang mga sanggol, maaaring gustuhin mo ring umiyak... Normal ito!

Ang pagiging ina o caregiver ay hindi madali. Ang walang tigil na pag-iyak ng isang sanggol ay maaaring magdulot ng stress at maaaring maging mapanganib na trigger para sa iyo. Kung minsan, walang dahilan ang pag-iyak ng sanggol, at wala kang magagawa.

Normal lang ang pag-iyak ng sanggol

Narito ang dapat mong gawin kapag may mga umiiyak na sanggol:

- Madalas umiyak ang karamihan ng mga sanggol: 80-90% ng mga sanggol ay may mga crying spell (pag-iyak nang walang dahilan) na tumatagal nang 20-60 minuto o mas matagal. Hindi ito nangangahulugan na colic ang iyong anak.
- Mas madalas umiyak ang karamihan ng mga sanggol sa gabi, na kung minsan ay tumatagal nang isang oras o mas matagal.
- Ang karamihan ng mga sanggol ay nakakaranas ng kahit isa lang na panahon ng pagiging maselan bawat araw, at madalas itong nangyayari sa gabi.
- Mas madalas na umiiyak ang karamihan ng mga sanggol kapag 6-8 linggo na sila kumpara noong kapapanganak pa lang nila.
- Karamihan ng mga magulang o caregiver ay makakaramdam ng galit, pagkayamot, at sila mismo ay iiyak din.
- Sa unang 5-6 na buwan, normal na mas lumakas ang pag-iyak ng isang sanggol, at maaaring hindi mapatahan ang sanggol.

Kung minsan, ayos lang na ilagay ang sanggol sa kuna at hayaan siyang umiyak sandali para makapagpahinga ka. Subukang humingi ng tulong sa iba sa mga nakaka-stress na panahon.

Bakit Umiiyak ang Mga Sanggol?



Ang pag-iyak ay isang mahagalang paraan ng pakikipag-ugnayan ng iyong anak sa iyo bago siya matutong magsalita. Maaaring mahirap alamin kung ano ang ibig sabihin ng pag-iyak – narito ang ilang mungkahi:

Posibleng Dahilan	Ano ang dapat gawin...
Gutom	Pakainin ang sanggol. Maaaring may ilang araw na mas gutom ang sanggol. Subukang pasusuin kung makakatulong iyon sa pagpapakalma ng sanggol.
Kailangang maging malapit sa mga tao, haplusin, buhatin, kargahin, ihele	Kargahin, ihele, bigyan ng masahe, isayaw ang sanggol sa iyong mga braso, umupo nang magkatabi sa tumatalbog na bola o umuugoy na upuan, kausapin at kantahan ang sanggol. Tanggalin ang damit at kargahin ang sanggol para magdikit ang inyong mga balat. Maligo kasama ng sanggol. Maglakad-lakad nang karga ang sanggol gamit ang isang sling sa iyong mga braso o sa stroller. Humiga katabi ng sanggol habang nagpapasuso, bigyan ng masahe, banayad na haplusin, o kausapin ang sanggol. Ipakarga sa iba ang sanggol.
Pananakit o Pagiging Hindi Komportable	Buhatin ang sanggol, gawin siyang komportable, palitan ng diaper, padighayin, o haplusin ang likod ng sanggol. Maaaring makatulong ang pagpapalit ng posisyon ng sanggol.
Masyadong Mainit/ Masyadong Malamig	Dapat bihasan ang mga sanggol sa paraang nagbibigay ng sapat na init gaya ng init na gusto mo kapag nagbibihis ka. Hindi dapat malamig ang sanggol kapag hinawakan.
Pagod o Nasobrahan sa Sigla	Yakapin ang sanggol, patayin ang mga ilaw, panatiliing tahimik ang kapaligiran. Ang banayad na paghele sa sanggol ay maaaring makapagpakalma sa inyong dalawa.
Kailangang Magpalit	Basahan ng libro, laruin, kausapin, kantahan, kargahin ang sanggol araw-araw. Lumipat ng silid para makakita ng iba't ibang bagay ang sanggol.
“Hindi Lang Talaga Alam”	Kargahin, ihele, kausapin, ipasyal, kantahan, paliguan, bigyan ng masahe, subukang pasusuin, o subukang magpatugtog ng nakakapagpakalmang musika. Subukang gawing komportable ang sanggol, bigyan siya ng oras para tumugon sa bawat bagay na gagawin mo.
Sakit	Kung sa tingin mo ay iba ang tunog ng pag-iyak ng iyong anak o hindi mapatahan ang anak mo kahit sinubukan mo na ang lahat, magpatingin sa iyong doktor o tumawag sa: Telehealth Ontario 1-866-797-0000



PH1611GB1054
Tagalog