

Mi a megrázott baba szindróma?



A megrázott baba szindróma egy tünetegyüttes, ami akkor jelenik meg, ha a babát valaki **erőteljesen megrázza**. A baba megrázása a gyermekbántalmazás akár halálhoz is vezető formája.

Ha egy babát erőteljesen megráznak, az egész életre kiható problémákhoz vezethet:

- A rázkódás *károsíthatja* a kisbaba agyát.
- A rázkódás olyan *tartós fogyatékokosságot* okozhat, mint például a vakság vagy a bénulás.
- A rázkódás akár *halálesethez* is vezethet.

Soha, de soha ne rázzon meg egy csecsemőt! A rázkódás agysérüléshez vezethet, és még a baba halálát is okozhatja. A gyermekeket soha, semmilyen életkorban nem szabad megrázni.

Amikor a kisbaba sír, néha Ön is legszívesebben sírna vele... Ez teljesen normális!

Szülőnek, csecsemőgondozónak lenni nem könnyű. A baba állandó sírása stressz-forrás lehet, ami veszélyes cselekedetekre készítheti Önt. Néha nincs jó oka annak, hogy a pici sír, és Ön ilyenkor nem tehet semmit.

A baba sírása normális dolog

A következőket jegyezze meg a síró babákról:

- A legtöbb baba gyakran sír: a babák 80-90%-ánál előfordulnak olyan sírési rohamok, amelyek eltartanak 20-60 percig, vagy akár tovább. Ez nem jelenti, hogy a baba kólikás.
- A legtöbb baba többet sír éjszaka, néha egy órát vagy még többet.
- A legtöbb baba legalább egyszer nyugós minden nap, gyakran estefelé.
- A legtöbb baba többet sír 6-8 hetesen, mint közvetlenül születés után.
- A legtöbb szülővel, csecsemőgondozóval előfordul, hogy a sírás felidegesíti, frusztrálja, és maga is sírni kezd.
- Az első 5-6 hónapban normális az, ha a sírás egyre intenzívebbé válik, és a babát gyakran nem lehet megnyugtatni.

Nem gond, ha néha leteszi a csecsemőt a kiságyba és hagyja, hogy sírjon egy kicsit, amíg Ön is összeszedi magát. Az ilyen stresszes időszakokban kérjen segítséget valakitől.

Miért sírnak a babák?



A sírás a babák fontos kommunikációs eszköze, mielőtt beszélni tudnának. Megértésük azonban nehéz lehet – alább ehhez talál egy kis segítséget:

Lehetséges ok	Teendő...
Éhség	Etesse meg a babát. Bizonyos napokon előfordulhat, hogy éhesebb. Ha az segít megnyugtatni, adjon neki anyatejet gyakrabban.
Emberi közelséget keres, érintést, ölelést, simogatást, azt, hogy felvegyék	Fogja kézbe, ringassa a babát, masszírozza a hátát, vagy táncoljon a babával a kezében. Üljön le vele a hintaszékbe, beszéljen hozzá, énekeljen neki. Vegye le a felsőjét, és tartsa a babát úgy, hogy bőre érintkezhessen az Önével. Vegyen kádfürdőt a babával együtt. Sétáljon egyet a babával a karjában vagy babakocsiban. Feküdjön a baba mellé, etesse meg, masszírozza a hátát, finoman érintse meg, és beszéljen hozzá. Hagyja, hogy valaki más fogja a babát.
Fájdalom vagy fizikai kényelmetlenség	Vegye fel a babát, nyugtatgassa, cserélje ki a pelenkáját. Büfiztesse meg vagy masszírozza a hátát. Segíthet az is, ha egyszerűen eltérő helyzetben tartja.
Melege van vagy fázik	A babát olyan melegen öltöztesse, ahogy Ön is öltözik. Ha hidegnek érzi a bőrét, takarja be.
Fáradt, túl sok inger érte	Tartsa a babát magához közel, vigye csendes helyre, kapcsolja le a lámpákat. Ha finoman hintáztatja a babát, az mindkettőjüknek megnyugtató lehet.
Változatosságot keres	Minden nap olvasson, énekeljen a babának, játsszon vele, beszéljen hozzá, tartsa kézben. Menjen vele másik szobába, hogy új dolgokat láthasson.
Egyszerűen ismeretlen okból sír	Fogja kézben, ringassa, masszírozza, fürdesse meg a babát. Sétáljon vele, beszéljen hozzá, énekeljen neki vagy hallgassanak megnyugtató zenét, etesse meg. Próbálja megnyugtatni a babát, mindig kivárva, hogy reagáljon arra, amivel éppen próbálkozik.
Betegség	Ha kisbabája sírása valahogy másnak tűnik, vagy mindent megpróbált és mégsem nyugszik meg, keresse fel orvosát vagy hívja a Health811, Call 811 (TTY: 1-866-797-0007) -ás számon.



Life Span Adaptation Projects
Institute of Child Study
University of Toronto

best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé

PH1611GB1054
Hungarian