

Rano djetinjstvo

U životu vaše bebe, rano djetinjstvo je doba izuzetnog fizičkog i emocionalnog razvoja. Vaša

beba će dobiti na težini tri puta, porasti, i naučiti da se podigne i uspravi. Možda će načiniti i prve korake. Emocionalno, beba će se početi vezivati za ljude oko sebe. Način kako se odnosite prema svojoj bebi od samog početka postaviće temelje da beba izraste u samopouzdanu i aktivno dijete.



Roditelji i pružaoci zdravstvenih usluga: partneri u odgoju zdrave bebe

Pružaoци zdravstvenih usluga, kao što su ljekari i medicinske sestre, vaši su partneri u održavanju zdravlja vaše bebe. Svako od vas doprinosi na svoj način. Pružaoci zdravstvenih usluga upoznati su sa zdravstvenom njegom djeteta, rastom i razvitkom. Vi ste sa bebom svaki dan i to vas čini ekspertom. Vi ste u poziciji da najbolje znate šta je potrebno vašoj bebi.

Posjete ljekaru u ranom djetinjstvu

S obzirom da se beba brzo razvija i mijenja, planirajte slijedeće redovne medicinske preglede:

- Kad se beba rodi
- Kad napuni sedmicu dana
- Kad napuni jedan mjesec
- Kad napuni dva mjeseca
- Kad napuni četiri mjeseca
- Kad napuni šest mjeseci
- Kad napuni devet mjeseci

Ove su posjete veoma važne. Pružaju priliku da pružalac zdravstvenih usluga potvrdi da je beba zdrava i da se pravilno razvija. Takodjer vam daju priliku da postavite razna pitanja i izrazite zabrinutost. Tokom ovih posjeta, izvršiće se fizički pregled. Pružaoci zdravstvenih usluga mogu testirati sluh i vid, ili izvršiti druge testove. Moguća je imunizacija bebe protiv slijedećih bolesti:

- Hepatitis B
- Difterija, tetanus, magareći kašalj (DTP)
- Hemofilus influenza tip B oboljenje (HIB)
- Dječja paraliza (IPV)
- Bolesti pneumokoke (PCV)

Društveni razvoj

U ranom djetinjstvu vi i vaša beba razvijate čvrste emotivne veze. Način na koji se mazite i igrate sa bebom činiće osnovu njenog budućeg društvenog razvoja. Pomoći će joj da nauči šta da očekuje i kako da se ponaša prema drugim ljudima.

Teme za razgovor sa pružaocem zdravstvenih usluga

- Kako da se starija braća i sestre igraju sa bebom na siguran način.
- Način na koji se beba ponaša u vašem prisustvu i prisustvu drugih ljudi.

Ishrana

Beba će naučiti mnoge stvari o ishrani u toku prve godine života. Otvoriće joj se cijeli novi svijet pun ukusa, opipa i vještina. Na vama je da joj pomognete da se dobro hrani.



Teme za razgovor sa pružaocem zdravstvenih usluga

- Zabrinutost zbog težine bebe.
- Šta poduzeti u slučaju grčeva, moguće alergije, ili problema sa čvrstom hranom.
- Šta poduzeti u slučaju poteškoća sa dojenjem ili hranjenjem na bočicu.

Oralna higijena

Nikad nije prerano početi voditi računa o bebinim desnim i zubima. Uz redovno čišćenje, vaša beba će imati lijepe i zdrave zube od samog početka.

Vodite računa o desnim i zubima

- I prije no što beba dobije prvi zub, možete čistiti njene desni. Nježno ih obrišite nakon svakog obroka, koristeći čisti, vlažni peškirić.
- Nakon što zubi izbiju, nježno ih čistite koristeći meku dječiju četkicu za zube. Koristite samo vodu – nipošto pastu za zube!

Teme za razgovor sa zubarom ili pružaocem zdravstvenih usluga

- Kako ublažiti simptome nicanja zuba.
- Da li je bebi potrebno dodatno fluorisanje.
- Kad i kako pomoći bebi da prestane da sisa palac ili koristi cuclu.

Bezbjednost

Sad kad imate bebu, pažljivo pregledajte svoj dom u novom svjetlu. Sami se upitajte šta treba da uradite da vaš dom postane bezbjedno mjesto za odgoj djeteta. Mislite o svojim dnevnim aktivnostima, kao što su mijenjanje pelena, kuhanje, vožnja, i razmislite kako ih možete učiniti što bezbjednijim.

Teme za razgovor sa pružaocem zdravstvenih usluga

- Plan u hitnim slučajevima, slučaju povrede ili trovanja.
- Kad treba otići u službu hitne pomoći.
- Bolnice i klinike sa kojim vaš pružalac zdravstvenih usluga saradjuje.
- Kako stupiti u kontakt sa pružaocem zdravstvenih usluga van redovnog radnog vremena.

Fizička aktivnost

U periodu ranog djetinjstva, beba razvija mnogobrojne nove fizičke vještine. Dok se trudi da kontroliše pokrete svoga tijela, beba postaje jača i aktivnija. Bebi je potrebno puno vremena za igru sa vama, hranom i igračkama da bi razvila ove važne vještine.

Teme za razgovor sa pružaocem zdravstvenih usluga

- Pitanja vezana za razvoj vaše bebe
- Problemi bebe sa fizičkim aktivnostima



Vi i pružalac zdravstvene njege zajedno ste zaduženi da obezbijedite zdrav i sretan početak života vaše bebe.

Adapted, with permission, from National Center for Maternal and Child Health and Georgetown University. 2001. Bright Futures Family Tip Sheets: Infancy. Available at www.brightfutures.org
Distribution made possible by funding from the Bush Foundation of St. Paul, Minnesota. This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/>

A Healthy Roads Media project

www.healthyroadsmedia.org

Infancy – Bosnian (Last reviewed 9/2006)