

Sarsmak, küçük çocuklar için de hayati tehlike taşır!

Çocuğunuza bakan ve onunla ilgilenen herkesi bilgilendirin:

Sarsmak, hayati tehlike taşır!

Oyun oynarken korkmayın

Hangi sarsmanın ne kadar zarar verdiği, duruma göre değişiklik gösterir. Ama kesin olan bir şey vardır: Oyun oynama esnasında hafifçe sallamak veya sakarca hareketler, bahsi geçen yaralanmalara ve sonuçlara yol açmaz.

Bilgi ve danışmanlık

- Çevrimiçi yardım: www.bke-elternberatung.de
- Eğitim ve aile danışmanlığı merkezleri: www.bke.de
- Üzüntü halinde aranacak numara **0800 - 111 05 50** (Ebeveyn telefonu) (pt.-cu. saat 9 ila 11/sa. + pe. saat 17 ila 19) www.nummergegenkummer.de
- Eyalet programı STÄRKE: www.staerke-bw.de
- Çocuk doktorunuzda çocuk erken tanıma muayeneleri
- Doğum sonrasında uygulamalı yardım: www.wellcome-online.de
- Gençlik daireniz üzerinden aile ebeleri ve diğer destekler
- www.schuetteln-ist-lebensgefaehrlich.de
- Bölgede yerleşik hamilelik danışmanlık merkezleri

Yayınlayan

Baden-Württemberg
Sosyal İşler ve Entegrasyon
Bakanlığı

Stuttgart Hükümet Konseyinde
Baden Württemberg Federal
Sağlık Kurumu

Baden-Württemberg TK Eyalet
Temsilciliği

İşbirliği Hannover Tıp
Yüksekokulu, Sarsılmış Bebek
Sendromu Proje Grubu



KINDERLAND

Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES UND INTEGRATION



Baden-Württemberg

LANDESGESUNDHEITSAMT BADEN-WÜRTTEMBERG
IM REGIERUNGSPRÄSIDIUM STUTTGART

Sarsmak hayati
tehlike taşır!
Bebekleri sarsmayın





Sevgili Ebeveynler,



artık zamanı geldi ve bebeğiniz doğdu. Uzun zamandır beklediğiniz bu mutlu an ebeveyn olarak sizler için aynı zamanda büyük zorlukları da yanında getirmektedir. Önümüzdeki aylarda bebeğiniz bedenlen, aklen ve ruhen çok ciddi bir gelişme gösterecek ve dolayısıyla bebeğiniz tamamen size bağımlıdır. Bilinmeyen yeni durumlar ise bazen tereddüde veya çaresizliğe yol açabilir. Bu nedenle çocuk hekimlerinden, ebelerden, sağlık ve gençlik kurumlarından ya da belediyenizden yardım ve destek alın. Böylece hem kendinize hem de çocuğunuza yardım etmiş olursunuz!

Bu güzel dönem için sizi kutluyor ve zorlu dönem için size bol kuvvet diliyoruz.

Saygılarımızla

Bärbel Mielich

Bärbel Mielich MdL
Baden-Württemberg
Sosyal İşler ve Entegrasyon Bakanlığı Müsteşarı

Bebeğim sürekli ağlıyor

Bebeğiniz ağlıyorsa bunun her zaman bir sebebi vardır; ne olduğunu hemen anlayamazsanız bile.

Sağlıklı bebekler

- › acıktıklarında,
- › yorgun olduklarında,
- › altlarını pislettiklerinde,
- › sizin sesinizi duyduklarında ve
- › vücut temasına ihtiyaç duyduklarında ağlarlar.

Sağlıklı bebekler günde ortalama iki üç saat ağlarlar ama bu süre bazen daha uzun olabilir. İstisnai durumlarda kısa aralıklarla bütün gün boyunca ağladıkları da olur. Bu normal olabilir ve altında bir hastalık sebebi olduğu anlamına gelmez.

Ağlamadaki değişikliklere dikkat edin. Aşağıda belirtilen durumlarda çocuk doktorunuzla veya anneler için danışma merkezleriyle irtibata geçin:

- › bebeğiniz her zamankinden daha yüksek sesle ve daha uzun ağlıyorsa,
- › hasta görünüyorsa ve
- › sizi korkutacak şekilde ağlıyorsa.

Başka neler yapabilirsiniz

- › Bebeğinizi kucağınızda hafifçe sallayın
- › Onunla yavaş bir şekilde dolaşın veya yürüyün
- › Bebeğinizle konuşun veya ona alçak sesle şarkı söyleyin
- › Bebeğinizin karnını veya sırtını hafifçe okşayın veya masaj yapın
- › Bakımı nöbetleşe yapın

Kendinizi çaresiz mi hissediyorsunuz?

Mümkün olan her şeyi denediniz ama bebeğiniz hala ağlıyor mu? Yavaş yavaş yorulduğunuzu ve sabrınızın tükendiğini mi hissediyorsunuz?

Bebeğiniz sürekli ağlarsa ve sizin gücünüz kalmamış ve sınırlarınız bozulmuş bile olsa:

Sarsmak, hayati tehlike taşıyor!

Örneğin kısa bir süreliğine odayı terk ederek ve/veya güvendiğiniz birini arayarak biraz uzaklaşmaya çalışın.

Arka sayfada belirtilen irtibat noktalarından tavsiye ve yardım alabilirsiniz.

Sarsmak, hayati tehlike taşıyor!

Sarsma sırasında bebeğin kafası korumasız olarak ileri geri sarsılır. Küçük çocuğun beyni çok hassastır. Kafasını tutmadan yapılan sert hareketler bile tehlikeli olabilir. Sarsmadan dolayı beyindeki kan damarları yırtılır. Bu kanamalar beyinde kalıcı hasarlara sebebiyet verebilir, ciddi

- › görme, duyma veya konuşma kaybı ile birlikte gelişim bozukluklarına,
- › fiziksel veya zihinsel engellere,
- › davranış bozukluklarına ve
- › epilepsiye,

hatta ölüme yol açabilir!