

pazi lomljivo!

BEBE SU NJEŽNE I DRAGOCJENE
NIKADA NE TRESITE BEBU

Za razliku od većine dragocjenih stvari, bebe ne dobivamo s uputstvima za upotrebu. Iako su na neki način bebe začuđujuće čvrste, ipak su jako nježne.

Mnoge osobe se osjećaju jako nelagodno kada prvi puta trebaju držati bebu u rukama.

KAKO BEBA VOLI DA JE SE DRŽI?

- prislonjenu na Vas
- ležati na Vašim prsima
- s Vašom rukom oko trbuščića i leđima naslonjenim na Vaše tijelo
- uspravljenu, tako da gleda preko Vašeg ramena, dok joj pridržavate glavu
- ispruženu u Vašim rukama - savršeno za međusobno smiješenje i razgovor
- u nosiljci - praktičan način da ste blizu svoje bebe, a da pri tome imate slobodne ruke, pa možete raditi i druge stvari

Bebe također vole da ih se mazi i nježno masira.

**Najviše od svega, bebama
treba pažljivo pridržavati
glavu i vrat.**



ŠTO BEBE NE VOLE?

- kada ih se drži na način da im glava i leđa nemaju oslonac
- kada ih se drži na udaljenosti većoj od duljine ruke - tada se osjećaju nesigurno
- grubosti kao što su prejaki stisak ili nasilno guranje bočice ili dude u usta

- kada ih se naglo podiže
- vrlo grubu igru
- tresenje - ono može izazvati ozbiljne, trajne povrede ili čak i smrt

ZAŠTO JE TAKO OPASNO TRESTI BEBU?

Glava bebe je jako velika i teška u usporedbi s ostatkom tijela. Ukoliko se glava ne pridržava, ona nekontrolirano pada u stranu jer mišići vrata još nisu dovoljno jaki kako bi je držali. Tresenjem se glava vrlo brzo i velikom snagom miče naprijed - natrag. Kada se to dogodi, žilice u mozgu mogu puknuti i izazvati krvarenje u bebinom mozgu te dovesti do teških posljedica poput sljepoće, gluhoće, epileptičkih napadaja, teškoća u učenju, povreda mozga, pa čak i do smrti.

Tresenje predstavlja najveću opasnost za djecu mlađu od godine dana, ali tresenje može izazvati iste ozbiljne ozljede i kod starijih beba i djece.

ŠTO JOŠ MOŽE UZROKOVATI POVREDE?

Osim tresenja, udaranje bebe po glavi ili bacanje bebe u zrak može također izazvati povrede vrata i mozga bebe. Većina roditelja uživa u bebinom smijehu kada je se baca u zrak. No, ovakva igra može biti opasna jer vratni mišići ne mogu zadržati glavu i brada pada na prsa, zatim glava se zabacuje unatrag i vrat dodiruje leđa. Takvi pokreti dovode do toga da mozak udara u stijenke lubanje, te ponovno može doći do pucanja krvnih žila u mozgu.

KOJI SU ZNAKOVI MOGUĆE POVREDE?

- beba ne može podignuti glavu
- glava zabačena na stranu
- raširene ili sužene zjenice
- zjenice ne reaguju na svjetlo
- krvave mrlje ili tragovi krvi u očima
- smanjena svjesnost, nesvjestica
- napadi ili grčevi
- nateknuto čelo
- modrice na vratu ili rukama
- mučnina i/ili povraćanje
- izostanak smijanja ili govora, bezvoljnost
- nemogućnost praćenja predmeta ili pokreta



ZAPAMTITE

- Bebe su nježne i krhke. Nikada ne tresite bebu.
- Čak i kada se čini da je beba bolesna ili kada prestane disati iz bilo kojeg razloga, ne tresite je jer to može uzrokovati još veće probleme.
- Ako ikada izgubite kontrolu i tresete bebu, potražite odmah medicinsku pomoć, po mogućnosti u obližnjoj bolnici. Odbađanje može biti smrtonosno.
- Čak i kada se čini da je beba prestala disati, ne tresite je. Liječnici savjetuju udaranje po tabanima, njihanje kolijevke ili podizanje bebe, uz pridržavanje glave.

KAKO S PLAČEM?

Neki roditelji ili osobe koje se brinu o bebi mogu izgubiti kontrolu i tresti dijete u trenucima ljutnje ili frustracije, osobito ako beba puno plače ili ima problema s hranjenjem. Plač je jedini način na koji nam beba govori što osjeća ili što joj treba. Ako ste obavili sve očigledne provjere (je li beba gladna, žedna, treba li promijeniti pelenu itd.), a plač ne prestaje, pokušajte:

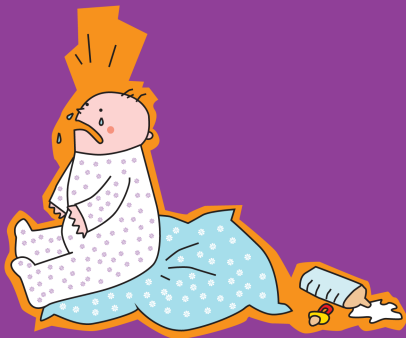
- nježno je zagrliti (zapamtite, uzimanje bebe u ruke i grljenje neće razmaziti bebu)
- nježno njihat i bebu u kolijevci ili kolicima
- pjevati
- hodati simo-tamo noseći bebu u rukama ili nosiljci
- puštati glazbu

Ako se plač čini čudnim ili nenormalnim za Vašu bebu, ili mislite da bebi nije dobro, obratite se liječniku.

AKO VAM JE PLAČ NEPODNOŠLJIV

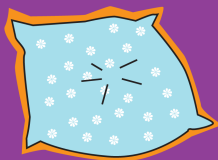
- Duboko udahnite i polako izdahnite. Spustite bebu na sigurno mjesto, kao što su kolica ili kolijevka. Otiđite u drugu prostoriju i sjednite na nekoliko minuta, možda uz šalicu kave ili čaja. Kada osjetite da ste se malo smirili, vratite se bebi.
- Zamolite prijatelja ili rođaka da Vas "zamijene" na neko vrijeme.
- Pokušajte se ne naljutiti na Vašu bebu, jer će ljutnja samo pogoršati plač.
- Nikad ne dopustite da stvari postanu toliko loše da

se osjećate očajnim. Postoje mnogi načini na koje možete dobiti pomoć. Razgovarajte s Vašim liječnikom, terenskom sestrom ili nazovite **Hrabri telefon** i posavjetujte se sa stručnjakom.



**BEBE SU KRHKE I DRAGOCJENE - NIKADA NE
TRESITE BEBU**

PIREDILE:
GORDANA BULJAN FLANDER
ANITA KLAPAN
IVA PRVČIĆ
MIHAELA RISTER
MELITA SARADEN



ISBN 978-953-7486-09-9



HRABRI telefon

Mali zaslužuju veliku pažnju.

116 111

SAVJETODAVNA LINIJA ZA DJECU

0800 0800

SAVJETODAVNA LINIJA ZA RODITELJE

WWW.HRABRITELEFON.HR
SAVJET@HRABRITELEFON.HR