



"Riskli Bebeklerde
Hemşirelik Bakımı ve
Güvenli Taburculuk" Projesi

AİLELER İÇİN BEBEK BAKIM REHBERİ

ANTALYA 2014

AİLELER İÇİN BEBEK BAKIM REHBERİ

Antalya 2014

Editörler

Dr. Ünal HÜLÜR, Müdür, Antalya Sağlık Müdürlüğü,
Fatma ÇETİN KAŞIKCIOĞLU, Müdür Yrd, Antalya Sağlık Müdürlüğü,
Prof. Dr. Emine EFE, Akdeniz Üni. Hemşirelik Fak. Öğr. Üyesi,
Doç.Dr. Selma ÖNCEL, Akdeniz Üni. Hemşirelik Fak. Öğr. Üyesi,
Öğr.Gör. Nurcan KIRCA, Akdeniz Üni. Hemşirelik Fak. Öğr. Üyesi,
Hemşire Bilge TAŞKIRAN, Antalya Atatürk Devlet Hastanesi,

Yazarlar

Fatma ÇETİN KAŞIKCIOĞLU, Müdür Yrd, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü,
Prof. Dr. Emine EFE, Akdeniz Üni. Hemşirelik Fak. Öğr. Üyesi,
Doç.Dr. Selma ÖNCEL, Akdeniz Üni. Hemşirelik Fak. Öğr. Üyesi,
Öğr.Gör. Nurcan KIRCA, Akdeniz Üni. Hemşirelik Fak. Öğr. Üyesi,
Hemşire Bilge TAŞKIRAN, Antalya Atatürk Devlet Hastanesi,
Hemşire Mehtap GÖNEN, Antalya Atatürk Devlet Hastanesi,
Hemşire Fatma BOZYURT, Antalya Atatürk Devlet Hastanesi,
Hemşire Hediye KOÇAK, Antalya Atatürk Devlet Hastanesi,
Hemşire Emine ERDOĞAN Antalya Eğitim Araştırma Hastanesi,
Hemşire Durkadin AKMAN, Akdeniz Üni. Tıp Fakültesi,
Hemşire Ayşe BAŞTÜRK, Akdeniz Üni. Tıp Fakültesi,

Grafik Tasarım

Grafiker Sedat KURT, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü

Baskı

ATALLA MATBAACILIK SAN. LTD. ŞTİ.
Milli Egemenlik Cd. Kızılsaray Mh. 67. Sk. Gençlik Apt.
No: 19/A Muratpaşa/ ANTALYA
Tel: 0 (242) 241 41 97

“Bu kitabın yayın hakkı Antalya İl Sağlık Müdürlüğüne aittir. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Yasası gereği bu kitaptan herhangi bir bölüm veya yazı yayıncısının izni alınmadan kopyalanamaz, çoğaltılamaz. Yazıların içerikleri yazarları bağlamaktadır.”

**TABURCULUK,
HASTANEYE GİRİŐTEN İTİBAREN
BAŐLAYAN BİR SÜREÇTİR.**

Önsöz

Antalya İl Sağlık Müdürlüğü Koordinatörlüğünde “ Riskli Bebeklerde Hemşirelik Bakımı ve Güvenli Taburculuk” projesi kapsamında hazırlanan bu kitapçık, hastaneden taburcu edilen bebeğinizin evde sağlıklı bir şekilde bakılması konusunda siz anne ve babalara yardımcı olacaktır. Bu kitapçığın içeriğinde bebeğinizin bakımı ve karşılaşılabileceği sağlık sorunları ile ilgili çözüm önerileri bulacaksınız. Bu bilgiler ışığında bilgi, beceri, özgüveniniz artacak ve bebeğinizin bakımını daha iyi yapacaksınız.



Bu kitapçığın hazırlanmasında emeği geçen Proje Koordinatörü İl Sağlık Müdür Yardımcısı Fatma ÇETİN KAŞIKCIOĞLU, Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Öğretim Üyeleri Prof. Dr. Emine EFE, Doç.Dr.Selma ÖNCEL, Öğr.Gör. Nurcan KIRCA, Antalya Atatürk Devlet Hastanesinden Hemşire Bilge TAŞKIRAN, Hemşire Mehtap GÖNEN, Hemşire Fatma BOZYURT ve Hemşire Hediye KOÇAK, Antalya Eğitim Araştırma Hastanesinden Hemşire Emine ERDOĞAN, Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesinden Hemşire Durkadın AKMAN ve Hemşire Ayşe BAŞTÜRK’e teşekkür ederim.

Dr. Ünal HÜLÜR
Antalya İl Sağlık Müdürü

“RİSKLİ BEBEKLERDE HEMŞİRELİK BAKIMI VE GÜVENLİ TABURCULUK” PROJESİ

Avrupa Birliği Bakanlığı Avrupa Birliği Eğitim ve Gençlik Programları Merkezi Başkanlığı 2013 Teklif Çağrısı Dönemi Hayatboyu Öğrenme (LLP)/Leonardo da Vinci Hareketlilik Projeleri kapsamında 2013-1-TR-LEO02-50208 nolu 45405 referans numaralı **“RİSKLİ BEBEKLERDE HEMŞİRELİK BAKIMI VE GÜVENLİ TABURCULUK”** projemiz, AB Bakanlığı Ulusal Ajans tarafından, başvuru formunda belirtilen yurtdışı ve yurtiçi ortaklara ait bilgiler göz önünde bulundurularak **2293 proje teklifi arasından** yüksek puan alarak destek almaya hak kazanan **348 proje içerisinde yer almıştır.**

PROJE KODU: 2013-1-TR-LEO02-50208 Referans Numarası; 45405

PROJE SAHİBİ KURUM:

Antalya İl Sağlık Müdürlüğü

PROJE YURT İÇİ ORTAKLARI:

Akdeniz Üniversitesi Antalya Sağlık Yüksek Okulu,

Antalya Kamu Hastaneler Birliği Genel Sekreterliği,

Türk Hemşireler Derneği Antalya Şubesi

Türkiye Aile Planlaması Derneği Antalya Şubesi

PROJE KOORDİNATÖRÜ:

Fatma ÇETİN KAŞIKÇIOĞLU, Müdür Yrd, Ant. İl Sağlık Müdürlüğü

PROJE YÖNETİM EKİBİ:

Hemşire Aysun FİDAN, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü

Hemşire Gülcan DOĞAN, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü

V.H.K.İ Güliz YAMAN, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü

İstatistikçi Murat LEVENT, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü

Grafiker Sedat KURT, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü

Hibe Sağlayıcısı



Başvuran Kuruluş



Ev Sahibi Kuruluş



Proje Ortakları



www.yenidogantalya.gov.tr

“Bu Proje T.C. Avrupa Birliği Bakanlığı, AB Eğitim ve Gençlik Programları Merkezi Başkanlığınca yürütülen Hayatboyu Öğrenme Programı kapsamında ve Avrupa Komisyonu’ndan sağlanan hibeyle gerçekleştirilmiştir. Ancak burada yer alan görüşlerden Türkiye Ulusal Ajansı veya Avrupa Komisyonu sorumlu tutulamaz.”

“Riskli Bebeklerde Hemşirelik Bakımı ve Güvenli Taburculuk” Projesi

Proje kapsamında yer alan 24 lisans mezunu hemşire, hareketlilik öncesi 120 saat İngilizce kursu alarak yurtdışı faaliyetine en iyi şekilde hazırlanmışlardır. Katılımcılar, bebek ölüm hızının düşük olduğu ileri teknoloji ve bakım standartlarına sahip Çek Cumhuriyeti Prag şehrinde bulunan Charles Üniversitesi Motol Hastanesinde riskli bebeklerde yenidoğan hemşirelik bakım uygulamalarını gözlemleyerek konuyla ilgili bir aylık eğitim almışlardır.

Proje kapsamında hareketliliğe katılacak olan hemşirelerin seçiminde görev alan LDV komitesi üyeleri, Antalya İl Sağlık Müdürlüğü adına Proje Koordinatörü Antalya İl Sağlık Müdür Yardımcısı Fatma ÇETİN KAŞIKÇIOĞLU; Antalya Kamu Hastaneleri Birliği Genel Sekreterliği adına Eğitim ve Araştırma Hastanesi Sağlık Bakım Hizmetleri Müdürü Aysel MOTOR; Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi adına Öğretim Üyesi Prof. Dr. Emine Efe; Türk Hemşireler Derneği Antalya Şubesi adına Başkan Ferda ÜLKER; Türkiye Aile Planlaması Derneği Antalya Şubesi adına Doç. Dr. Selma ÖNCEL’e,

Projenin yazılması aşamasında katkı sağlayan Antalya İl Sağlık Müdür Yardımcısı Fatma ÇETİN KAŞIKÇIOĞLU; Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Öğretim Üyeleri Prof. Dr. Emine Efe, Doç. Dr. Selma ÖNCEL, Öğretim Görevlisi Nurcan KIRCA; Antalya İl Sağlık Müdürlüğünden Hemşire Aysun FİDAN; Antalya Kamu Hastaneler Birliği Genel Sekreterliğinden Hemşire Züleyha TOKSOY; Antalya Atatürk Devlet Hastanesinden Hemşire Bilge TAŞKIRAN, Hemşire İlknur YILDIRIM ÜÇÜNCÜ, Hemşire Banu KARAKOYUNLU; Antalya Eğitim Araştırma Hastanesinden Hemşire Meryem MİNTAŞ; Akdeniz Üniversi-

tesi Tıp Fakültesi Hastanesinden Hemşire Durkadın AKMAN; Antalya Valiliği AB Projeleri Koordinasyon Merkezinden Hemşire Meryem ZİN-CİRLİ'ye,

Projenin hareketliliği kapsamında Motol Hastanesine bir aylık eğitim için giden katılımcı hemşirelerimiz: Antalya İl Sağlık Müdürlüğünden Gülcan DOĞAN, Perihan YURTTUTAN; Antalya Eğitim Araştırma Hastanesinden Emine ERDOĞAN, Hasibe YILMAZ, Rukiye ERDOĞDU, Fatma KARA, Teslime Kutlay KOYAK, Hatice KARADENİZ, Şerife GÖNEN, Huriye TUFAN, Ali İhsan EVCİ; Antalya Atatürk Devlet Hastanesinden Bilge TAŞKIRAN, Mehtap GÖNEN, Hediye KOÇAK, Firdevs OKUR, Fatma BOZYURT, Arzu BOZKURT, Beyhan KILIÇ; Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesinden Durkadın AKMAN, Ayşe BAŞTÜRK; Akdeniz Üniversitesi Hemşirelik Fakültesinden Arife Ayşe Dilek BİLGİÇ, Halil İbrahim TAŞDEMİR, Mehmet ÜNAL; Antalya Med Star Hastanesinden Hemşire Burcu CANBOLAT'a,

Kitabın yazılmasında katkı sağlayanlar Antalya Eğitim Araştırma Hastanesinden Neonatolog Uz. Dr. Gönül TEZEL, Neonatolog Uz. Dr. Seyhan OYGUCU, Hemşire Huriye TUFAN, Hemşire Şerife GÖNEN, Hemşire Rukiye ERDOĞDU, Hemşire Hasibe YILMAZ; Antalya Atatürk Devlet Hastanesinden Hemşire Arzu BOZKURT; Özel Medikal Park Hastanesinden Neonatolog Uz. Dr. Hakan ONGUN; Özel Med Star Hastanesinden Neonatolog Uz. Dr. Aşkın GÜRA NEMLİOĞLU, Hemşire Burcu CANPOLAT; Özel OFM Hastanesinden Başhemşire Yardımcısı Ahsen ÖZENÇ; Özel Unca- lı Meydan Hastanesinden Hemşire Merve TAŞBAŞ; Türk Hemşireler Derneği Antalya Şube Başkanlığından Hemşire Ferda ÜLKER'e,

Ayrıca Proje Yönetiminde görev alan Şube Müdürü Adem ÖZER, Hemşire Aysun FİDAN, Hemşire Gülcan DOĞAN, Veri Hazırlama Kont-

rol İşletmeni Güliz YAMAN, Grafiker Sedat KURT, İstatistikçi Murat LEVENT'e katkılarından ve özverili çalışmalarından dolayı teşekkür ederim.

Dr. Ünal HÜLÜR
Antalya İl Sağlık Müdürü

İçindekiler

Önsöz	V
Proje Tanıtımı	VII
Teşekkür Metni	IX
İçindekiler.....	XIII
1. BEBEĞİNİZİ NE ZAMAN EVİNİZE GÖTÜREBİLİRSİNİZ?	15
2. BEBEĞİNİZİNDE VÜCUT BAKIM İLKELERİ	17
2.1. BEBEĞİNİZİN AĞIZ BAKIMI	17
2.2. BEBEĞİNİZİN GÖBEK BAKIMI	17
2.3. BEBEĞİNİZİN GÖZ BAKIMI	17
2.4. BEBEĞİNİZİN CİLT BAKIMI	19
2.5. BEBEĞİNİZİN BANYOSU	20
2.6. BEBEĞİNİZİN KIYAFETLERİNİN ÖZELLİKLERİ	20
3. ANNE SÜTÜ İLE BESLENME	22
3.1. ANNE SÜTÜ	22
3.2. ANNE SÜTÜNÜN VE EMZİRMENİN YARARLARI	23
3.3. EMZİRMEYİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER	24
3.4. EMZİRME	25
3.5. ANNE SÜTÜNÜN SAĞILMASI	29
3.6. SÜT SAĞMA YÖNTEMLERİ	29
3.7. EMZİRME POZİSYONLARI	30
3.8. SAĞILAN ANNE SÜTÜNÜ SAKLANAN VE KULLANMA İLKELERİ	30
3.9. AĞIZ YOLUYLA BESLEME	31

3.10.	KAP İLE BESLENME	31
3.11.	ORAGASTRİK VEYA NAZOGASTRİK SONDA İLE BESLEME YÖNTEMLERİ	32
4.	BEBEK - ANNE İLİŞKİSİ	33
5.	BEBEKLERDE VÜCUT ISISI	34
5.1.	BEBEKLER NEDEN VÜCUT ISISINI KORUYAMAZ	34
5.2.	HİPOTERMİ	34
5.3.	HİPERTERMİ	35
6.	BEBEĞİNİZİN EVDEKİ ÇEVRESİNİN DÜZENLENMESİ	35
6.1.	ISI VE HAVALANDIRMA	35
6.2.	YÜKSEK SES	35
6.3.	HAREKET	36
6.4.	IŞIK	36
6.5.	POZİSYON VERMEK	36
6.6.	UYKU	37
6.7.	MASAJ	37
6.8.	GÜVENLİK	38
7.	BEBEKLERDE KARŞILAŞILABİLECEK SORUNLAR	39
7.1.	APNE	39
7.2.	KOVÜLSİYON	40
7.3.	ASPİRASYON	40
7.4.	AĞRI	41
7.5.	ANİ BEBEK ÖLÜM SENDROMU	41
	KAYNAKÇA	43

BEBEĞİNİZİ NE ZAMAN EVİNİZE GÖTÜREBİLİRSİNİZ?

1. Taburculuk öncesi 72 saat içinde ateş, nabız, solunum, tansiyon gibi yaşam belirtileri değişmediği zaman,
2. Vücut ısısını açık yatakta/beşikte koruyabildiği zaman,
3. Bebeğin ağız yolu ile yeterli beslenmesi sağlandığı zaman,
4. Ağızdan beslenemeyen bebekler için farklı beslenme yolları öğrenildiği ve problemi olmadığı zaman,
5. İdrar ve gaita çıkışı yeterli sayı ve miktarda olduğu zaman,
6. Yeterli günlük kilo artışı (en az 20gr/gün) olduğu zaman,
7. Anne, doğum sonrası fizyolojik ve psikolojik değişimlere uyum sağladığı ve kendini taburculuğa hazır hissettiği zaman,
8. Taburculuk sonrası kontroller ve bakım açısından uygun izlem planı düzenlendiği zaman,
9. Kronik sorunu olan bebeğinizin bakım ve takibini yapabildiğiniz zaman,
10. Taburculuk eğitimleriniz tamamlandığı zaman.

BEBEĞİNİZ EVİNİZDEKİ YATAĞINA GİDEBİLİR.

BEBEĞİNİZDE VÜCUT BAKIM İLKELERİ



Bebeğinizin AĞız Bakımı

- AĞız bakımına başlamadan önce ellerinizi yıkamalısınız.
- **Bebeğinizin ağzında herhangi bir sorun yoksa ağız bakımı yapmanıza gerek yoktur.**
- Bebeğinizin ağzında pamukçuk varsa temizleme işlemine hekim önerisine göre yapmalısınız.
- AĞız bakımında temiz, beyaz bir tülbent ve kaynatılmış soğutulmuş su kullanmalısınız.
- Tülbent sarılı parmağınızı kullanarak bebeğinizin ağzının iÇini, dilinin üzerini, damağını, alt ile üst diş yerlerini ve dudağını temizlemelisiniz.
- Temizleme işlemine yaparken hafif bir basınığ uygulamalısınız.



Bebeğinizin Göbek Bakımı

- Bebeğinizin göbek bakımını vermeden önce ellerinizi yıkamalısınız.
- **Göbek kordonunu, idrar ve dışkı ile bu-laşmaması iÇin bebek bezinin dışında tut-malı ve üzerini kapatmamalısınız.**



- Göbek kordonunun düşmesi 21 güne kadar uzayabilir.
- Bebeğinizi, göbek kordonu düşene kadar silme banyosu şeklinde temizlemelisiniz. Silme banyosu için kaynatılmış ılıtılmış su kullanmalısınız.

- Göbek ve çevresinde akıntı, koku, kızarıklık veya kanama gibi belirtiler varsa hekime başvurmalısınız.

Bebeğinizin Göz Bakımı

- Bebeğinize göz bakımı vermeden önce ellerinizi yıkamalısınız.
- **Bebeğinizin gözlerinde çapaklanma yoksa özel göz bakımı gerekmez.** Sarı-yeşil, hafif bir çapaklanma varsa temizlemeniz gerekir.
- Bebeğinizin göz temizliği için steril gazlı bez veya ütülenmiş, temiz beyaz bir tülbent ve kaynatılıp ılıtılmış su kullanmalısınız.
- Bebeğinizin gözünü, içten dışa doğru ve temiz olan gözden başlayarak fazla bastırmadan tek hareketle silmelisiniz.
- Çapak temizleninceye kadar işlemi tekrar etmelisiniz. Her seferde ve diğer göze geçerken ayrı bir bez kullanmalısınız.
- Yeşil-beyaz, iltihaplı bir akıntı ya da göz çevresinde kızarıklık, ödem varsa hekime başvurmalısınız.



Bebeğinizin Cilt Bakımı

- Bebeğinize cilt bakımı vermeden önce ellerinizi yıkamalısınız.
- Bebeğinizin cilt bakımını temiz su ile yapmalısınız.
- Bebeğinizin alt temizliğinde ıslatılmış pamuk kullanmalısınız.
- **Bebeğinizin alt bezini, onu beslemeden önce değiştirmelisiniz.**
- Alt temizliğini; kız bebeklerde önden arkaya doğru, erkek bebeklerde penisin uç kısmından başlayarak her defada temiz bir pamuk ile yapmalısınız.
- Anneden geçen hormonların etkisiyle kız bebeklerde hafif bir akıntı ya da kanama olabilir, bu geçici bir durumdur.
- Pişik ve enfeksiyon oluşmaması için bebeğinizin bezini 3-4 saatte bir değiştirmelisiniz.
- Bebeğinizin alt temizliğinden sonra kesinlikle pudra kullanmamalısınız.
- Cilt bakımı için; pH nötral (7), boya, kimyasal ve parfüm içermeyen, formülü bebekler için uygun, zararsız olduğu kanıtlanmış ürünleri seçmelisiniz.
- **Doğumdan sonra kız ve erkek bebeklerde meme şişmesi genellikle rastlanan bir durumdur; meme uçlarını sıkmayınız, ovmayınız ve masaj yapmayınız.**



Bebeğinizin Banyosu



- Bebeğinize banyo yaptırmadan önce ellerinizi yıkamalısınız.
- Banyo suyunun sıcaklığı 37 - 38 °C derece ve ön kolunuzun iç yüzünü yakmayacak şekilde olmalıdır.

- Bebeğin gözlerini, ılık su ile ıslatılmış temiz ve yumuşak bir bezle silebilirsiniz.
- Banyo yaptırırken ovma işlemi yapmamalısınız.
- Banyo yaptırırken bebek şampuanları kullanmalısınız.
- Banyo sonrası, bebek nemlendiricileri kullanabilirsiniz.
- Bebek masajı uygulayabilirsiniz.
- Bebeğin ısı kaybını önlemek için banyo süresini kısa tutmalısınız, bebeğinizi hızlı bir şekilde kurularıp giydirmelisiniz.



Bebeğinizin Kıyafetlerinin Özellikleri

- Bebeğinizin kıyafetleri, kilosuna ve mevsime uygun olmalıdır.



- Pamuklu giysiler, bebeğinizin cildi için en uygun olanlarıdır.
- Boyundan açılmaya başlayarak ayağa kadar fermuarlı ya da çit çitli olan kıyafetleri tercih etmelisiniz. Geniş yakalı kıyafetler, bebeğinizin kafasından



kolayca geçmesini sağlayacaktır.

- Bebek giydirilirken giysiyi, kafasından çabuk geçirmek gerekir. Çıkarırken de önce ayak ve kollar çıkarılmalıdır.

- Çok sıkı çorap ve giysiler, bebeğin hareketini engelleyeceği için uygun değildir.

- Dantelli, saçaklı, bağcıklı giysiler

bebekler için uygun değildir.

- Kıyafetlerin dikiş yerleri sert olmamalı; tüylü, boyası çıkan kıyafetleri tercih etmemelisiniz.

- **Yeni aldığınız kıyafetleri, yıkadıktan ve ütüledikten sonra kullanmalısınız.**



- Bebeğinizin kıyafetleri ayrı yıkanmalı, güneşte kurutulmalı ve tersten ütülenmelidir.

- Bebeğinizin kıyafetlerini yıkarken bebek giysileri için olan temizleyici ürünleri kullanmalısınız.

- Bebeğinizin kıyafetleri için ağartıcı, yumuşatıcı ve leke çıkartıcı ürünler kullanmamalısınız.

- Kıyafetleri saklarken naftalin ve güve ilacı kesinlikle kullanmamalısınız.

ANNE SÜTÜ İLE BESLEME

Anne sütü, gebeliğin 6. - 7. ayında yapılmaya başlar. Meme alveollerindeki epitelyal hücrelerden süt yapımını, hipofizden salgılanan prolaktin hormonu sağlar. Süt yapımı ve süt inme refleksinin meydana gelmesi, bebeğin meme ucunu uyarması ile olmaktadır. Prolaktin her emzirme sonrasında salgılanır ve bir sonraki emzirme için süt oluşturur.

Anne Sütü

Anne sütü kolostrum, geçiş sütü, matür süt olarak salgılanır.



Kolostrum: İlk beş gün içinde salgılanan süte halk arasında “**agız sütü**” adı verilir. Kolostrum koyudur, rengi sarımtırak ya da berraktır. Enerjisi olgun süttten daha fazladır. Kolostrum, yağ yönünden fakir olmakla birlikte minerallerin tümü özellikle sodyum, çinko ve bazı vitaminler (en belirgin karoten olmak üzere A,C,E vitaminleri) açısından zengindir.

Kolostrumu bebek mutlaka almalıdır.

Geçiş sütü: Kolostrumdan sonra salgılanmaya başlar ve yaklaşık iki hafta devam eder. Geçiş sütünde; protein miktarı az, laktoz, vitamin, yağ ve kalori miktarı fazladır.

Matür süt: Matür süttün içeriği, emzirmenin başından sonuna doğru farklılık gösterir. Emzirmenin başında gelen süt; vitamin, protein ve su bakımından zengindir. Bu süte “**ön süt**” denir. Bebeğin ihtiyaç duyduğu tüm su, bu ön süttten karşılanır. **Anne sütü alan bebekler çok sıcak havalarda bile suya gerek duymazlar.** Öğünün sonunda salgılanan süte ise “**son süt**” denir. Son süt, ön süttten daha beyazdır.

*** Son süt, yağ bakımından zengin olduğu için bebeğin enerji ihtiyacının büyük bölümünü karęılar.**

*** Bebeğin beslenmesi için besin seçiminde ilk tercih edilecek anne stdr.**

Anne Sütünün ve Emzirmenin Yararları

- Besin içeriği yüksek ve sindirimi kolaydır.
- Nrogeleşiimsel yararları vardır.
- Sterildir, enfeksiyona neden olmaz.
- **İmmünolojik zellikleri ile hastalıklara karęı korur.**
- Ucuzdur, ekonomik yük getirmez.
- Alerjen değildir.
- Hazır bir besindir.
- İshal, karın ağrısı, kabızlık daha az görülür
- Büyümeyi düzenleyen faktörlerden, bebeğin gelişiminde önemli olan yağ asitleri ve laktoz yönüyle zengindir.
- Mineral içeriği çok uygundur, böbreğe yk oluşturmaz.
- Annede rahmin toplanmasını, eski haline gelmesini sağlayarak doğum sonu kanamayı azaltır.
- Annenin gebelik öncesi kilosuna dönmesine yardımcı olur.
- **Meme ve yumurtalık kanseri riskini azaltır.**

- Menopoz sonrası osteoporoz ve kalça kırığı riskini azaltır.
- Anne ile bebek arasındaki bağı güçlendirir.
- Emzirme sırasında salgılanan prolaktin hormonu anneyi sakinleştirir.
- Ayrıca anne sütü ile besleme, sağlık harcamalarını azaltarak ülke ekonomisine de fayda sağlar.

Emzirmeyi Etkileyen Faktörler

Anneye ve bebeğe ait bazı faktörler, emzirmeye başlama zamanını ve emzirme davranışını etkilemektedir. Bu faktörlerin, bebek için tercih edilen beslenme şekline ve süresine de etkisi bulunmaktadır.

Emzirmeyi etkileyen bebeğe ait faktörler:

- Bebeğin erken ya da geç doğması,
- Bebeğin doğum kilosu,
- Doğumsal anomalinin bulunması,
- Yaşam bulgularının normal sınırlarda olmaması,
- Bağırsak hareketlerinin yokluğu,
- Fenilketonüri, galaktozemi gibi metabolik sorunların varlığı,
- Doğum travmaları (köprücük kemiğinde çatlak, yüzde ve başta sıyrık gibi) emzirmeyi olumsuz yönde etkilemektedir.

Emzirmeyi etkileyen anneye ait faktörler:

- Yaş, eğitim durumu, sosyo-ekonomik durum gibi bazı özelliklerin emzirme üzerine olumlu ya da olumsuz etkileri vardır.
- Annenin hasta olması (diyabet, preeklemsi, HIV enfeksiyonu, herpes simpleks enfeksiyonu-lezyon memede değilse emzirebilir fakat anne sık sık ve doğru teknikle el yıkamalıdır), tanı ve tedavi amaçlı radyoaktif izotop alımı, antimetabolit - kemoterapik ajan alımı, aktif tedavi edilmemiş tüberküloz, mastit, meme başlarının kızarıklık, ağrılı ve çatlak oluşu emzirmeyi etkileyen faktörlerdendir.
- Doğum sonu depresyonu ise prolaktin (süt yapım hormonu) yapımını azaltmaktadır.
- **Annenin gebeliğini istemesi, gebeliği süresince takip ve muayenelerini yaptırması, doğum öncesi dönemde emzirme konusunda etkin bir danışmanlık alması emzirmeyi olumlu yönde etkilemektedir.**
- Doğum sırasında ve sonrasında hastanede yapılan bazı uygulamalar ve müdahaleler de emzirmeyi olumsuz etkilemektedir.
- Doğum tipi (normal doğum, sezeryan), doğum travmaları (köprücük kemiğinde çatlak, boyun kasında zedelenme, başta sıyrık), müdahaleli doğum, anne psikolojisini etkileyeceğinden bebeğin emme davranışını bozabilir.
- **Kullandığınız ilaçların anne sütüne geçip geçmediği konusunda hekiminizden bilgi almalısınız.**
- Annenin madde bağımlısı olması, anne sütünün verilmesine engeldir.

Emzirme



- Emmeyi - emzirmeyi öğrenme zamanı bebeğin gücüne, büyüklüğüne, annenin meme yapısına, aldığı desteğe göre değişebilir. Emmeyi ve emzirmeyi öğrenme bir ay bile sürebilir.
- Emzirme öncesinde ellerinizi yıkamalı, temiz bir havlu ile kurulamalısınız.
- **Anne sütünün olabilmesi için en önemli şey bebeği emzirmeye devam etmektir.**
- Emzirme öncesi ve sonrasında memelerin temizlenmesine ve yıkanmasına ihtiyaç yoktur. Bu durum derinin doğal koruyucu özelliğinin kaybolmasına yol açar.
- Bebeğinizi emzirirken rahat bir pozisyonda oturmalı ve kendinizi rahat hissetmelisiniz.
- Bebeğinizi yüzü ve bedeni size dönük olacak şekilde tutmalısınız.
- Bebeğinizin başını, göğsünüze dönük olacak şekilde tutunuz; aynı kol ve eliniz ile bebeğinizi kalça ve bacaklarından kavramalısınız.
- Bebeğinizin dudak kenarını meme başına yaklaştırınız. Sonra meme başını sıkıp, birkaç damla sütü bebeğin dudaklarına değdirerek emme refleksinin devreye girmesini sağlamalısınız.



- Bebeğinizin etkili bir şekilde emebilmesi için meme başını ve kahverengi kısmını ağzını dolduracak şekilde alması önemlidir.



- Emzirme anında meme parmakla hafifçe üstten bastırılmalı ve böylece bebeğin burun deliklerinin meme içine gömülmesi engellenmelidir.
- **Bebeğiniz 2 - 3 saatte bir 20 - 30 dakika kuvvetli bir şekilde emerse emzirme etkili olacaktır. Özellikle son sütün emzirmesi önemlidir. Emzirme sırasında bir memeyi tam olarak boşaltmadıysa diğer emzirmede bebeğin son sütü alabilmesi için aynı memeden emzirmeye başlanmalıdır.**
- Bebek büyüdükçe emme araları uzar, emme süresi kısalmır.
- Bebeğiniz yeterli emmediği zaman sütünüzü sağarak her 3 saatte bir istenen miktarı kapla vermelisiniz.
- **Beslenmenin devamı için geceleri uyusa bile bebeğinize uyarın (ağız kenarına, yüzüne, yanağına ve topuklarına dokunmak) vererek 3 saat ara ile emzirmeye devam etmelisiniz.**
- Bebeğinizi kapla beslemeden önce 10-15 dakika emzirmeyi denemelisiniz.
- **Bebeğinizin emmeye devam edebilmesi için beslemede biberon kullanmamalısınız.**
- Sütünüzün yetersiz olduğunu düşünüyorsanız hekiminize başvurmalısınız.

- **Hekiminiz formül mama verilmesini önerdi ise;**
 - Mamayı hazırlayacağınız biberonu 10 dakika, besleme kabını 5 dakika kaynatmalısınız.
 - Önerilen formül mamayı kutusunda belirtilen ölçüde hazırlamalısınız.
 - Her beslemede bebeğinizin aldığı miktarda formül mamayı yeniden hazırlamalısınız, artanı dökmelisiniz.
- İlk 4 ay bebeklerde gaz sorunu olabilir. Kusma ve benzeri sorunları önlemek için beslenme tamamlandıktan sonra bebeğinizi dik duruma getirip sırtını sıvazlayarak emerken yutmuş olduğu havanın çıkmasını sağlayabilirsiniz.
- Bebeğiniz gazını çıkardığı sırada ağzından koyu kıvamlı bir miktar sütün çıkması normaldir.
- **Bebeğinizi besledikten sonra sağ yan pozisyonda yatırmalısınız.**
- Bebek, beslenme içeriğinin çoğunu alıyor, bütün beslenmeyi 30 dakika veya daha kısa sürede tamamlıyorsa beslenmesi iyi düzenlenmiş demektir.
- Bebeğin günlük en az 20 gram/gün alması gerekir.

Anne Sütünün Sağılması

Sütün sağılmasını gerektiren durumlar:

- Prematüre, solunum sıkıntısı vb. sorunu olan bebeklerde,
- Memelerde süt birikmesinde,
- Kanal tıkanıklığı durumlarında,
- Meme başının içe çökük olması durumunda,
- Emme sorunu olan memeyi reddeden bebeklerde,
- Yarık dudak ve damak vb. anomalisi olan bebeklerde,

Süt Sağma Yöntemleri



El ile



Pompa ile



Enjektör pompası ile

Anne, sütünü sağmadan önce ellerini su ve sabunla yıkamalıdır. Anne, sütünü arttırabilmesi için bebeğine dokunmalıdır. Ilık içecekler içmelidir. Sağma işlemi, her bir meme için en az 15 dakika olmak üzere memeler boşalana kadar yapılmalıdır. Memelerde dolgunluk olmasına rağmen süt akışı sağlanamıyorsa sağma işlemi yapılırken memelere sıcak uygulama ve saat yönünde masaj yapılmalıdır.

Emzirme Pozisyonları



Sağılan Anne Sütünü Saklama ve Kullanma İlkeleri

- Anne sütünü, bebeği emeyeceği sıklıkta 3 saatte bir sağlamalı ve bebekten uzak olacağı zaman yeterli süty bırakabilmelidir.
- Anne sütü; oda ısısında 3 saat, buzdolabında (+4 °C) 72 saat, buzlukta 3 hafta, derin dondurucuda (-18 °C) 3 ay saklanabilir.
- Her sağlamada süty tek kullanımlık steril kaplarda toplanmalı, üzerine tarih ve saat yazılmalıdır.
- Sağılıp ve saklanan süty, kullanılacağı zaman tarihi daha önce olandan başlanarak verilmelidir.
- Dondurulmuş süty, buzdolabı rafında ya da suyun içine konan ayrı bir kap içerisine süty poşeti konularak çözdürülmelidir.
- Çözünen süty, buzdolabında 24 saat saklanarak kullanılmalı ve kalan süty atılmalıdır.



Ağız Yoluyla Besleme



Ağız yolu ile besleme yapılırken bebekte, solunum güçlüğünü (burun kanadı solunumu, ağız çevresinde morluk - siyanoz ve hızlı nefes alıp verme vb.) gösteren belirti ve bulgu olmamalıdır.

Bebeğinizi besleme sırasında kucakta yarı dik tutmalısınız. Beslenme sonrası bebeğinizin başı 30 derece yüksekte olacak şekilde **sağ yan pozisyonda yatırmalısınız. Bu pozisyon midenin boşalma hızını artırır, kalbin yükünü ve reflüyü azaltır.**

Kap ile Besleme

Kap ile beslemede bebeğinizi kucakta yarı dik pozisyonda tutmalısınız. Beslenme kabını bebeğinizin alt dudağına değıdirmeli, içeriğı bebeğın ağızına dökmemeli; kabı, dudaklarında tutarak kendisinin içeriğı almasını sağlamalısınız. Bu yöntem ile besleme bebeğinizin daha az kalori harcamasını sağlar.

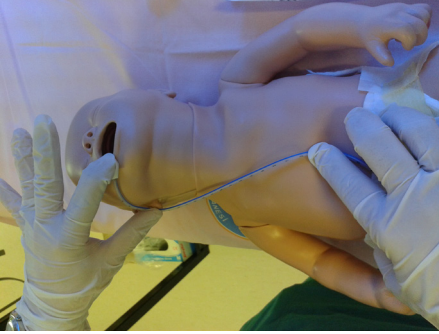
Bebek, besinin çoğunu alıyor ve bütün beslenmeyi 30 - 45 dakikada bitiriyorsa beslenmesi iyi düzenlenmiş demektir. Yorgunluk, yavaş emme, kusma, tartı kaybı ve alımda azalma olması gibi durumlarda bebekte beslenme yeniden düzenlenmelidir.



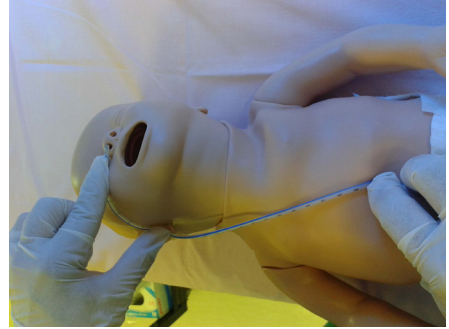
Oragastrik veya Nazogastrik Sonda ile Besleme Yöntemleri

Bu besleme yöntemi, besinlerin ağız ya da burundan bir kateter/sonda ile mideye verilmesi işlemidir.

Oragastrik sonda ölçümü; ağız, kulak memesi, sternumun alt ucu şeklindedir. Nazogastrik sonda ölçümü; burun, kulak memesi, sternumun alt ucu şeklindedir. Sonda takıldıktan sonra mide içeriğini aspire ederek tüpün midede olup olmadığını kontrol etmelisiniz.



Oragastrik Sonda Ölçümü



Nazogastrik Sonda Ölçümü

- Bebeğinizde tıbbi bir gereklilik yoksa sonda takılmaz.
- **Verilecek olan formül mamayı temiz koşullarda hazırlamalı, ılık olarak bebeğe vermelisiniz. Hazırladığınız mamayı oda ısısında üç saatten fazla bekletmemelisiniz.**



- Sonda ile beslemede besinler genellikle 2 veya 3 saat aralıklarla verilebilir. Besleme sırasında bebeğinizi yan ya da başı 30 derece yüksekte olacak şekilde yatırmalısınız. Enjektörün pistonunu çıkarıp sondanın boyu kadar kaldırıp

yerçekiminden yararlanarak içeriği göndermelisiniz.

- Sondanın üç günde bir değiştirilmesi önerilir.

Besleme sırasında bebeğinize emzirme pozisyonu verdiğinizde bebeğiniz sakinleşir ve beslenmesi daha kolay olur

Bebeğinizi beslerken:

- Karında şişlik, gerginlik ve hassasiyet,
- Kusma,
- Dışkılama sayısında değişiklik olursa hekime başvurmalısınız.



BEBEK - ANNE İLİŞKİSİ

Hastaneden çıkan bebeğiniz, artık evinizde sizin bakımınız altında bulunmaktadır. Bebeğinizle sizin aranızdaki bağ ten tene (kanguru bakımı) ve göz göze temas ile daha da artacaktır. **Göz göze iletişim annelik duygusunun başlangıcı olarak nitelendirilir.** Ona şefkatli dokunuşlarda bulunmalı,

onunla konuşmalı, ninni söylemeli ve masal okumalısınız.

Bebeğinize özellikle banyodan sonra küçük dokunuşlarla masaj yapmanız hem fizyolojik, hem de psikolojik gelişimi açısından önemlidir.



BEBEKLERDE VÜCUT ISISI

Bebekler, neden vücut ısısını koruyamaz?

- Ağırlıklarına göre bebeklerin vücut yüzey alanları geniştir. Bu nedenle vücut ısı kayıpları fazladır.
- Özellikle çok düşük doğum ağırlıklı bebeklerde cilt altı yağ dokuları ince ve cilt geçirgenlikleri fazla olduğu için buharlaşma ile ısı kaybı fazla olur.
- Bebeklerde sinir sisteminin gelişmemesi ve cilt altı yağ dokusunun az olması nedeniyle ısı kaybı fazladır.



Hipotermi (Vücut Isısının Düşmesi)

Vücut ısısının 36 °C'nin altında olmasıdır. Hipotermide olan bebeklerde uyku hali artar, beslenme bozukluğu görülür; yüzü, elleri, ayakları ve vücudu soğur.

Bu Durumda Yapılması Gerekenler: Öncelikle oda ısısını kontrol etmelisiniz (24 - 26 °C derece). Bebeğin vücut ısısını derece ile kontrol etmelisiniz. Bebeğinizin vücut ısısı düşük ise bir kat daha giydirmelisiniz (şapka, eldiven, çorap). Bebeğinizi kucağınıza almalısınız. Bebeğinizin vücut ısısı normale dönmezse bir sağlık kuruluşuna başvurmalısınız.

Hipertermi (Vücut Isısının Yükselmesi)

Vücut ısısının 37.5 °C'nin üzerinde olmasıdır. Bebeğinizin havale geçirmesine neden olabilir. Oda ısısının yüksek olması, bebeğin fazla giydirilmesi, bebek yatağının direkt güneş ışığına maruz kalması, enfeksiyon ve dehidratasyon (sıvı kaybı) vücut ısısını yükselten nedenlerdendir.

Yapılması gerekenler; Bebeğinizin vücut ısısı 37.5 °C üzerinde olursa gysilerini çıkararak serin bir odaya (24 - 26 °C) almalı ve saatlik ateş takibi yapmalısınız. Vücut ısısı 38 °C'nin üzerinde olursa ılık duş aldırmalı ve bir sağlık kuruluşuna gitmelisiniz.

BEBEĞİNİZİN EVDEKİ ÇEVRESİNİN DÜZENLENMESİ

Isı ve Havalandırma

Bebeğin bulunduğu ortamın ısısı 24 - 26 °C olmalıdır. Camlarda ve duvarlarda nem olmamalıdır. Ortam ısısı termometre ile düzenli olarak kontrol edilmelidir. Bebeğin yatağı; oda kapısından, güneş ışığından, pencereden uzağa ve hava akımına maruz kalmayacak şekilde yerleştirilmelidir. **Bebeğinizin bulunduğu odayı günde en az iki defa havalandırmalısınız.**

Yüksek Ses

Bebeğiniz için yüksek ses ve gürültü düzeyleri zararlıdır.

Yüksek ses; bebeklerin uyanık kalmasına, kalp hızının ve kan basıncının artmasına, solunum düzeninin bozulmasına, büyüme hormonlarının olumsuz yönde değişmesine neden olabilir. İşitme kaybına yol açabilir. Ani sesler huzursuzluk, ağlama, irkilme ile birlikte kafa içi basıncını arttırabilir.

Bebeğin yatağı gürültülü ortamlardan uzağa yerleştirilmelidir. Bebeğiniz uyurken ani gürültü ve sestten kaçınmalı, kapıları yavaş açıp kapatmalısınız. Hafif ve yumuşak sesli (ninni) bir müzik bebeğinizin gelişimi için faydalı olacaktır.

Hareket

Bebeğinizin yanında ani hareketler yapmayınız, onu sarsmayınız, yumuşak ve küçük hareketler ile bakımını tamamlayınız.

Işık

Gece-gündüz ritmi sağlıklı gelişim için çok önemlidir. Bebeğinizin gece - gündüz ritmine alışabilmesi için oda içindeki ışık yoğunluğunun değiştirilmesi gerekir.



- Işık, ses gibi önemli bir uyarın olduğu için bebeğin uyanık durmasına sebep olur,
- İstirahat etmesini önler,
- Gereksiz enerji harcamasına neden olur.

Gece - gündüz ritminin oluşabilmesi için; oda içindeki ışıklar azaltılmalı, hafif bir aydınlatma kullanılmalı, gereksiz ışıklar söndürülmeli, televizyon ve bilgisayar ekranları kapatılmalıdır.

Pozisyon Vermek

Verilen pozisyonlar bebeğinizin kol, bacak ve gövdesini yeteri kadar esnetebilmesinde; vücut dengesinin geliştirilmesinde çok önemlidir. Bebeğinize, fizyolojik fonksiyonlarını rahat yapmasını sağlayacak ve stresi en aza indirecek şekilde pozisyon vermelisiniz.

Bebeğinizin yanında bulunduğunuz sürece her türlü pozisyonu verebilirsiniz. Bebeğiniz odada yalnız kalacaksa ve uyuyacaksa sırtüstü pozisyon vermelisiniz. **Beslediyseniz, beslenme sonrası gazını çıkardıktan sonra sağ yan pozisyonu vermelisiniz.** Bebeğin uygun pozisyonda kalabilmesi için onu gevşek bir şekilde sarabilir, gerekirse etrafına destek koyabilirsiniz.

Dokunma uyarısı, insülin salgılanmasını ve böylece besinlerin emilimini artırarak bebeğin gelişimini hızlandırır. Bebekler karın üzerine dönebilmeye üçüncü aydan itibaren başlar. Bu yüzden ilk üç ay masaj önemlidir.

Güvenlik

Öncelikle evde bebek için uygun ortamın nasıl olması gerektiğini öğrenmelisiniz. **Ziyaretçi kısıtlaması, bebekle yakın temasın önlenmesi, varsa evdeki küçük çocuklar ile bebeğin yalnız bırakılmaması, el temizliği, olabilecek kazalar ve aynı ortamda sigara içilmemesi önemlidir.**

Bebeğinizin solunum yollarının tıkanmasına neden olacağı için yatağı çok yumuşak olmamalı, yastık kullanılmamalı veya yatakta yumuşak oyuncak vb. bırakılmamalıdır.



Bebek yatağının baş kısmının yüksek tutulması kustuğu zaman kusmuğunun akciğerlere gitmesini önler. Bebeğinizin cildini tahriş edecek etiketli nakışlı kıyafetler giydirmemeli, kıyafetlerin üzerine çengelli iğne, nazar boncuğu gibi zarar verebilecek cisimler takmamalısınız.

Bebeğinizin yüzünü örtmemeli, onu kundak yapmamalı ve bacaklarını sıkıca sarmamalısınız. Bebeğinize kundak yapmanız ya da bacaklarının sıkı sarılması kalça çıkıklığına sebep olabilir.

BEBEKLERDE KARŞILAŞILABİLECEK SORUNLAR

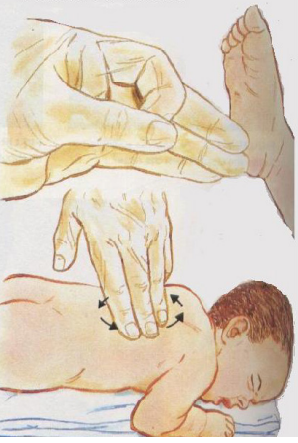
Evinize gitmeden önce, bebeğiniz için tüm bakım ve uygulamaları öğrenmiş, uyum sağlamış ve bebeğinize vereceğiniz destek açısından bilgilenmiş olmalısınız.

Apne (Solunum Durması)

Yenidoğanlarda sık görülebilen apne, beynin yeterli olgunluğa ulaşmamış olması ve göğüs kafesi kaslarının kuvvetsizliğinden meydana gelebilir. Apne, 20 saniyeden daha uzun süren, bebeğin dudaklarında morarma ve halsizlik yapan geçici solunum durmasıdır. Yenidoğan yoğun bakım ünitesinde çok sık karşılaşılan bu sorun bebeğiniz taburcu olduktan sonra da devam edebilir.

Evde bakımda bebeğinizde solunum durmasını önlemek için;

- Bebeğinizi sırtüstü pozisyonda yatırmalı,
- Bebeğinize kalın ve sıkı giysiler giydirmemeli ve kundak yapmamalı,
- Tıkanıklığı engellemek için bebeğinizi yatarak beslememeli,
- Bebeğinizi kalabalık ortamda uyutmamalı,
- Bebeğinizin bulunduğu ortamda sigara içmemeli,
- Ortam ısını ayarlamalı (24 - 26 °C),
- Bebeğinizin bulunduğu ortamı havalandırılmalısınız.



Apne esnasında bebeğinizi sarsmadan sırtını sıvazlayarak ya da hafifçe topuğuna vurarak uyarana vermelisiniz.

Konvülsiyon (Nöbet, Havale)

İstemsiz kasılmalar bu şekilde adlandırılır. Beyin sinir hücrelerinde anormal aktivite nedeniyle oluşur. Genel olarak havale geçiren bebek şuurunu kaybeder, kol ve bacakları tek ya da çift taraflı kasılır.

Bebeğiniz nöbet geçirirse sakin olmalı, hava yolu açıklığını sağlamalı, sağ yanına yatırmalı, beslememeli ve en yakındaki acil servise ulaştırmalı ya da 112'yi aramalısınız.

Aspirasyon

Aspirasyon beslenme sonralarında çok sık görölen bir durumdur. Bebeği uygun pozisyonda beslemek gerekir. Solunum yolu kapanırsa bebek aniden nefes almaya çalışır. Bu arada ağzındaki süt, nefes borusuna kaçabilir. Böylece akciğerler sütle dolar ve bebek havasızlıktan kaybedilebilir.

Aspirasyonu önlemek için; besleme sırasında bebeğinizin başını 30 - 45 derece yüksekte tutmalı, kapla



beslemeli, beslenme sonrası gazını çıkartmalı ve sağ yan pozisyonda yatırmalısınız.

Bebeğiniz aspire ederse yan veya yüzüstü çevirmeli, ağız içini hızla temizlemelisiniz. Solunumu düzelmediyse (ağlamıyor, kasılmış, ve morarmış ise) en yakın sağlık kuruluşuna başvurmalısınız.

Ağrı

Emzirmenin ve anne sütünün bebeklerde ağrıyı azaltıcı etkisi vardır. Bebeği kucaklamak, gevşekçe sarmalamak bebeği rahatlatır. Birden fazla uyaran verilmesi (dokunma, kucaklama, masaj, ses, göz kontağı vb) ağrıyı azaltmaktadır. Bebeğinizde ağrının olduğunu düşünüyorsanız hekime başvurmalısınız.

ANİ BEBEK ÖLÜMÜ SENDROMU

Hiçbir sağlık sorunu olmayan bir bebeğin nedensiz ölümüdür.

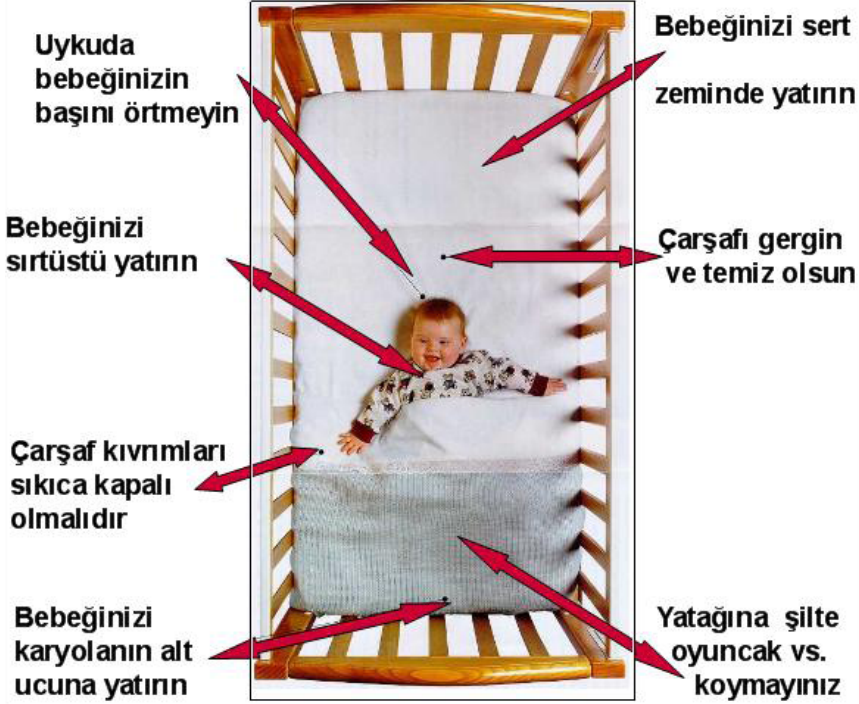
Ani bebek ölümü sendromuna neden olan faktörler:

- Yüzükoyun uyuyan bebekler,
- Sigara dumanına maruz kalan bebekler,
- Anneleri gebelik döneminde sigara içenler,
- 20 yaş altı annelerin bebekleri,



- Doğum öncesi bakım hizmetini yetersiz alan ya da hiç almayan annelerin bebekleri
- Erken doğan ya da düşük doğum ağırlıklı bebekler
- Kış aylarında doğan bebekler
- Erkek bebeklerdir.

Ani Bebek Ölümü Sendromunu Önlemenin Yolları



- Sigara içilmeyen bir çevre sağlayın,
- Bebeğinizizi yatağınızın yanında ama ayrı bir yatakta yatınn,
- Bebeğinizizi çok sıcak ortamda bulundurmayın,
- Rutin kontrollerini ve aşılarını yaptırın,
- Hafif bir hastalıktan sonra bile birkaç gün yakından gözlemleyin,

KAYNAKÇA

- Dağoğlu T, Görak G., Temel Neonatoloji ve Hemşirelik İlkeleri, 2. Basım, Nobel Tıp Kitabevi, İstanbul, 2008
- Yenidoğan Yoğun Bakım Hemşireliği Kurs Kitapçığı, Ankara, 2014
- Efe E, Turan F. Erken Doğan Bebeklerin Taburculuk Eğitiminde Dikkat Edilmesi Gereken Konular, Sağlıkla Hemşirelik Dergisi 2013; 6:6 - 7
- Meeks M, Hallsworth M., Yenidoğan Hemşireliği, Rota Tıp Yayınevi, Ankara, 2012
- 19. Ulusal Neonatoloji Kongresi (UNEKO - 19) 17 - 20 Nisan 2011, Prematüre İzlemi Kursu Kitapçığı,
- Taşkın L., Doğum ve Kadın Sağlığı Hemşireliği, Genişletilmiş 4. Baskı Ankara, Sistem Ofset; 2000
- Törüner E.K., Büyükgöneç L., Çocuk Sağlığı Temel Hemşirelik Yaklaşımları, Göktuğ Yayıncılık, Ankara, 2012
- Keleş Ö.D., Şarman G., Kuvözden Dünyaya Erken Doğan Bebeğin El Kitapçığı, 1. Basım, O2 Medya Bilişim Teknolojileri Yayıncılık, Mart 2011

Notlar:



Antalya Sağlık M¼d¼rl¼ę¼
Toros Mah.Atat¼rk Bulvarı No:38- 07070 Konyaaltı/ANTALYA

Tel : 0.242 228 48 48
Faks : 0.242 228 50 47