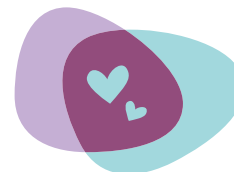




This  
flyer is  
available in  
several languages.  
➔ [www.vvoc.be](http://www.vvoc.be)

# Een bijzondere start **Een bijzondere start**



**VVOC**

*Vlaamse Vereniging voor  
Ouders van Couveusekinderen*

Met dank aan de steun van  **Chiesi**  
Met dank aan de steun van

**NL**  
Nederlands

**TR**  
Turken

## Dag beste ouders

Een vroeggeboorte, een risicovolle bevalling, een opname op neonatologie door ziekte, het is een erg ingrijpende gebeurtenis voor je kindje en voor jullie als ouders. Noch de ouders noch het kindje zijn fysisch of psychisch klaar om deze stap te zetten en toch gebeurt het. Het veilig samen-zijn van ouder en kind wordt verbroken.

Iedereen gaat hier anders mee om, sommigen schakelen over op automatische piloot en hebben de indruk dat alles aan hen voorbij gaat, anderen zijn al hun woorden en emoties kwijt en nog anderen worden overspoeld door angst, verdriet, woede, teleurstelling, schuldgevoelens, ... Het zijn allemaal normale reacties.

Gun jezelf tijd en ruimte om deze overdonderende gebeurtenis een plaats te geven. Praat erover en schrik er niet voor terug om bijvoorbeeld druk familiebezoek nog wat uit te stellen. Zo zal je ook tijd en ruimte vinden om kennis te maken met jouw kindje.

De afdeling zorgt dan wel voor de medische en verzorgende taken, maar kan nooit jouw taak als ouder overnemen. Zelfs de kleinste kinderen voelen en horen wanneer hun ouders bij hen zijn. Samen met het team van neonatologie kan jij voor jouw kindje zorgen.

Met deze folder hopen we je een kleine reisgids te kunnen aanbieden voor deze onbekende wereld van de dienst neonatologie. Hij geeft je een overzicht van hoe je kindje wordt geholpen, wat er zoal staat en gebeurt op de afdeling, wat je zelf kan doen, ... Blijf nooit zitten met vragen. Stel je gerust en schrik er niet voor terug om ze opnieuw te stellen als het niet duidelijk is of als je iets vergeten bent.

Ook zijn er misschien gebruiken uit je land, cultuur of geloof die je belangrijk vindt. Zo mogen in sommige culturen vaders hun kind de eerste dagen niet aanraken, of krijgt het kind nog geen naam. Bespreek dit tijdig met de artsen of verpleging indien je wenst dat ze met deze gebruiken rekening houden. In onze cultuur zijn ze mogelijk onbekend, maar ze zijn steeds bespreekbaar.

|                                                          |           |
|----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>DE AFDELING NEONATOLOGIE</b>                          | <b>4</b>  |
| De kinderen op de afdeling neonatologie                  | 4         |
| • Zieke kinderen                                         | 4         |
| • Vroeggeboren kinderen                                  | 4         |
| <b>ZORG EN GEBORGENHEID</b>                              | <b>8</b>  |
| <b>MEDISCHE OPVOLGING</b>                                | <b>10</b> |
| Hoe wordt een kind geholpen op de afdeling neonatologie? | 12        |
| • Voeding                                                | 12        |
| • Infecties                                              | 12        |
| • Longen                                                 | 12        |
| • Hart, bloedvaten, hersenen                             | 14        |
| • Spieren                                                | 14        |
| • Ogen en oren                                           | 14        |
| • Slaap                                                  | 14        |
| <b>TESTEN EN ONDERZOEKEN</b>                             | <b>16</b> |
| <b>LIEFDE VAN DE OUDERS</b>                              | <b>20</b> |
| Wat kan je zelf doen?                                    | 22        |
| • Je rol als ouder                                       | 22        |
| • Hygiëne                                                | 22        |
| • Contact                                                | 22        |
| • Voeding                                                | 22        |
| • Kleding                                                | 24        |
| <b>VOEDING</b>                                           | <b>32</b> |
| <b>VAN COUVEUSE NAAR BEDJE THUIS</b>                     | <b>36</b> |
| Overplaatsen naar een ander ziekenhuis                   | 38        |
| En daarna: thuis!                                        | 40        |
| • Het kamertje                                           | 40        |
| • Het badje en de kleding                                | 40        |
| • Graag rust, regelmaat en reinheid.                     | 40        |
| • Gezondheid en medische opvolging                       | 40        |
| Tot slot                                                 | 42        |

|                                                       |           |
|-------------------------------------------------------|-----------|
| <b>DEPARTMAN</b>                                      | <b>5</b>  |
| Neonatoloji bölümündeki çocuklar                      | 5         |
| • Hasta çocuklar                                      | 5         |
| • Prematüre çocuklar                                  | 5         |
| <b>BAKIM VE GÜVENLİK</b>                              | <b>9</b>  |
| <b>TIBBİ TAKIP</b>                                    | <b>11</b> |
| Neonatoloji bölümünde bir çocuğa nasıl yardım edilir? | 13        |
| • Beslenme                                            | 13        |
| • Enfeksiyonlar                                       | 13        |
| • Akciğerler                                          | 13        |
| • Kalp, damarlar ve beyin                             | 15        |
| • Kaslar                                              | 15        |
| • Gözler ve kulaklar                                  | 15        |
| • Uyku                                                | 15        |
| <b>TEST VE ARAŞTIRMA</b>                              | <b>17</b> |
| <b>EBEVEYNLERİN SEVGİSİ</b>                           | <b>21</b> |
| Kendin ne yapabilirsin?                               | 23        |
| • Anne olarak rolünüz                                 | 23        |
| • Hijyen                                              | 23        |
| • İletişim                                            | 23        |
| • Beslenme                                            | 25        |
| • Kıyafetler                                          | 25        |
| <b>BESLENME</b>                                       | <b>33</b> |
| <b>KULUÇKA MAKİNESİNDEN EVDEKİ YATAĞINA</b>           | <b>37</b> |
| Başka bir hastaneye aktarılacak                       | 39        |
| Ve daha sonra: ev!                                    | 41        |
| • Çocuk Odası                                         | 41        |
| • Banyo ve giysiler                                   | 41        |
| • Huzur, sessizlik, temizlik ve düzen                 | 41        |
| • Sağlık ve tıbbi takip                               | 41        |
| En sonunda                                            | 43        |

## Dag beste ouders

Erken, yüksek riskli doğum yada hastalık nedeni ile sizin neonatolojiye kabul durumunuz çocuğunuz ve anne olarak sizin için çok zor bir durumdur. Doğumdan sonra ne anne nede çocuk bu adımı atmaya fiziksel veya psikolojik olarak hazır olmayabilirler. Anne ve çocuğun birbirlerine olan ilişkisi yipranır.

Her anne bu durumlar da farklı tepki gösterebilir, bazıları otomatik pilota geçer (annelik duygusu). Anne doğumdan sonra her şeyin bittiği izlenimine kapılabilir. Yada korku, üzüntü, öfke, hayal kırıklığı, suçlulukla boğulmuş bir durumda olabilir. Bu durumlar tamamen normal reaksiyonlardır.

Bu ezici olaya uyum sağlamak için kendinize ve çocuğunuza zaman ayırın. Çocuğunuzla daha çok ilgilenmek için yoğun aile ziyaretlerini ertelemekten çekinmeyin. Bu durum siz ve çocuk arasındaki bağ daha da kuvvetlendirmesine fırsat verecektir.

Sağlık bakanlığı tıbbi ve bakım işleriyle ilgilenir, ancak annelik görevinizi asla üstlenmez. En küçük çocuklar bile annelerinin yanlarında olduğunu hisseder ve duyarlar. Neonatoloji ekibi ile birlikte çocuğunuza bakabilirsiniz.

Bu konu ile sizlere neonatoloji hizmetinin bu bilinmeyen dünyasına küçük bir seyahat rehberi sunabilmeyi umuyoruz. Size ve çocuğunuza nasıl yardım edildiğine, çocuk bölümünde neler olup bittiğine, kendi kendinize neler yapabileceğinize dair genel bir bakış sunar ... Aklınıza takılan soruları sormaktan asla çekinmeyin. Fiziksel ve ruhsal olarak kendinizi rahatlatın.

Her Ülkenin: kültüründe yada dininde önemli olduğu düşünülen adetler olabilir. Örneğin bazı Ülkelerde; çocuğun ilk doğduğu günde babanın çocuğuna dokunmasına ya da yeni doğan çocuğa ilk günlerde bir isim vermezler. Bu tür uygulamaların dikkate alınmasını istiyorsanız, bu konuları doktorlar veya hemşirelerle zamanında konuşmalısınız. Bu konular başka kültürlerde bilinmiyor olabilir, Doktor ve hemşireler bu tür konuları konuşmak için her zaman açıkdırlar.

## De kinderen op de afdeling neonatologie

Op een couveuseafdeling worden kinderen opgenomen die na de geboorte extra medische hulp nodig hebben. Er liggen vroeggeboren kinderen, maar ook kinderen die problemen hebben na de geboorte (infecties, zuurstofnood, ...) of waarvan de artsen vermoeden dat ze een aangeboren aandoening hebben.

### Zieke kinderen

Bij zieke kinderen concentreert de behandeling zich vooral op de ziekte van het kind. Of een ziekind wordt opgenomen op de afdeling intensieve zorgen of op een 'gewone' couveuseafdeling, hangt van de situatie af.

### Vroeggeboren kinderen

#### *Wanneer spreken we van een vroeggeboren kind (prematuur, preterm)?*

Van vroeggeboorte is sprake als een kind geboren wordt na een zwangerschap van minder dan 37 weken. Hoe korter de zwangerschap, hoe kwetsbaarder het kind is. Een kind geboren na minder dan 32 weken wordt opgenomen op een speciale afdeling intensive care voor baby's (NICU), waar de medische zorg uiterst gespecialiseerd is en bijvoorbeeld beademing mogelijk is. Een kind dat geboren wordt tussen ongeveer 32 en 36 weken wordt normaal opgenomen op de medium care couveuseafdeling van een gewoon ziekenhuis (N\*).



Bij vroeggeboorte of andere ernstige medische problemen wordt de baby opgenomen op de N\* of NICU waar hij extra zorg kan krijgen tot hij zelfstandig genoeg is om naar huis te mogen. De baby's liggen in een couveuse waar hun temperatuur op peil wordt gehouden en extra zuurstof kan worden toegediend. De klok rond worden de kindjes intensief opgevolgd door artsen en verpleegkundigen.

Erken doøum veya ciddi tıbbi nedenler durumunda, bebek n\* veya NICU'ya sevk edilir. Bebeğiniz bağımsız olana kadar burda kalır. Bebekler, sıcaklıklarını muhafaza edebilecekleri ve ekstra oksijen verilen bir kuluçka makinesine yerleştirilir. Bebekler günün her saati doktorlar ve hemşeriler tarafından gözetim altındadırlar.

## Neonatoloji bölümündeki çocuklar

Doğumdan sonra ekstra tıbbi yardıma ihtiyaç duyan çocuklar yoğun bakım odasına alınır. Prematüre çocuklar olduğu gibi doğumdan sonra sorunları olan (enfeksiyonlar, oksijen eksikliği, ...) yada doğuştan rahatsızlığı olduğu şüphelenilen çocuklar.

### Hasta çocuklar

Hasta çocuklar da tedavi esas olarak çocuğun hastalığına odaklanır. Hasta bir çocuğun yoğun bakım ünitesine mi yoksa "normal" bir kuluçka ünitesine mi yatırılacağı o çocuğun duruma bağlı olarak karar verilir.

### Prematüre çocuklar

#### *Prematüre bir çocuktan (prematüre, preterm) ne zaman söz ederiz?*

Erken doğum: Bir çocuğun 37 haftadan daha kısa bir süre sonra doğmasıdır. Hamilelik ne kadar kısa olursa çocuk o kadar savunmasızdır. 32 haftadan daha kısa bir süre sonra doğan bir çocuk, tıbbi bakımın oldukça uzmanlaşmış olduğu ve örneğin suni teneffüse ihtiyacı olan özel bir bebekler için yoğun bakım ünitesine (NICU) kabul edilir. Yaklaşık 32 ila 36 hafta arasında doğan bir çocuk, normal olarak normal bir hastanenin (N\*) orta bakım kuluçka koşuşuna kabul edilir.



## » Oorzaken van een vroeggeboorte

“Waarom is mijn kind te vroeg geboren?” is een vraag die iedere ouder zich stelt. Jammer genoeg is de oorzaak heel vaak niet duidelijk. Mogelijke oorzaken kunnen zijn:

- ▶ de weeën starten te vroeg
- ▶ de vliezen breken vroegtijdig
- ▶ de navelstreng is niet meer goed doorbloed
- ▶ de placenta werkt niet goed of laat los
- ▶ de moeder heeft een gevaarlijk hoge bloeddruk...

De oorzaak kan ook bij het kind liggen. Als het niet goed gaat met het kind, moet het soms geboren worden.

Als het mogelijk is, wordt een te vroege bevalling tegengehouden met behulp van weeënremmers en krijgt de moeder een injectie met een hormoonpreparaat, corticosteroiden, om de longen van het kind versneld te laten rijpen.

## De kwetsbaarheid van het preterm kind

Na de geboorte van een te vroeg geboren kind vormt de onrijpheid het grootste probleem. Het team van de dienst neonatologie probeert het kind dat fysiek nog niet klaar is om zelfstandig te overleven zo goed mogelijk te helpen en tijd te geven om verder te ontwikkelen.

## → Erken Doğumun Nedenleri

“Çocuğum neden erken doğdu?” her ebeveynin kendisine sorduğu bir sorudur. Ne yazık ki nedeni genellikle belirsizdir. Olası nedenler şunlar olabilir:

- ▶ Erken başlayan kasılmalar.
- ▶ Membranlar erken kırılır
- ▶ Göbek kordonu uygun şekilde kanla beslenmiyorsa
- ▶ Placenta düzgün çalışmıyor veya gevşiyorsa
- ▶ Annenin tansiyonu tehlikeli derecede yüksekse ...

Erken doğuma çocuk da sebep olabilir. Çocuğun konumu anne karnında iyi durumda değilse, erken doğumu tetikleyebilir.

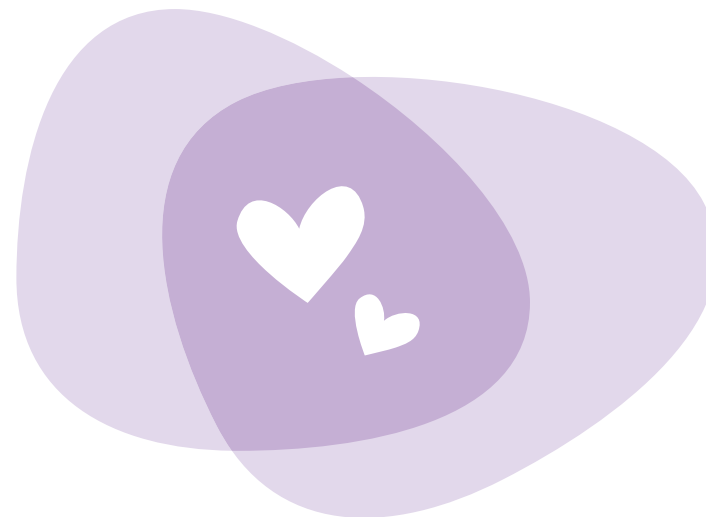
Mümkünse, kontraksiyon inhibitörleri yardımıyla erken doğum durdurulur ve anneye çocuğun akciğerlerinin daha hızlı olgunlaşmasına yardımcı olmak için bir hormon preparatı olan kortikosteroidler enjekte edilir.

## Erken doğmuş çocuğun savunmasızlığı

Prematüre bir çocuğun doğumundan sonraki en büyük problemi, olgunlaşmamışlıktır. Neonatoloji ekibi, fiziksel olarak henüz bağımsız olarak hayatta kalmaya hazır olmayan çocuğa yardım ve daha da gelişmesi için zaman tanımaya çalışır.



In de couveuse krijgt de baby een tutje op maat en is er plaats voor persoonlijke knuffels. Ondanks de hoogtechnologische omgeving is er ook ruimte om te genieten.



Kuluçka makinesinde bebeğe özel bir emzik verilir ve ayrıca bir oyuncak için de yer vardır. Yüksek teknolojik ortamında eğlenmek için de yer bulunmaktadır.

## Zorg en geborgenheid



Het kindje wordt in een nestje gelegd zodat het geborgen ligt en zijn houding die van in de buik benadert.

Bebek bir yuva şeklindeki yere yerleştirilir, böylece anne karındaki şekli alır ve kendini güvende hisseder.

Voor het comfort van de baby wordt de couveuse afgedekt met een hoes om licht en geluid te beperken zoals in de baarmoeder.

## Bakım ve güvenlik



Ook inbakeren kan het kind tot rust brengen en een gevoel van geborgenheid geven.

Kundaklama ayrıca bebeğinizi sakinleştirebilir ve ona güven hissi verir.



Bebeğin rahatı için kuluçka makinesi bir örtüyle kapatılır. Bu rahim içi gibi ışık ve gürültüyü sınırlandırmak için kullanılır.

## Medische opvolging



### Beademing:

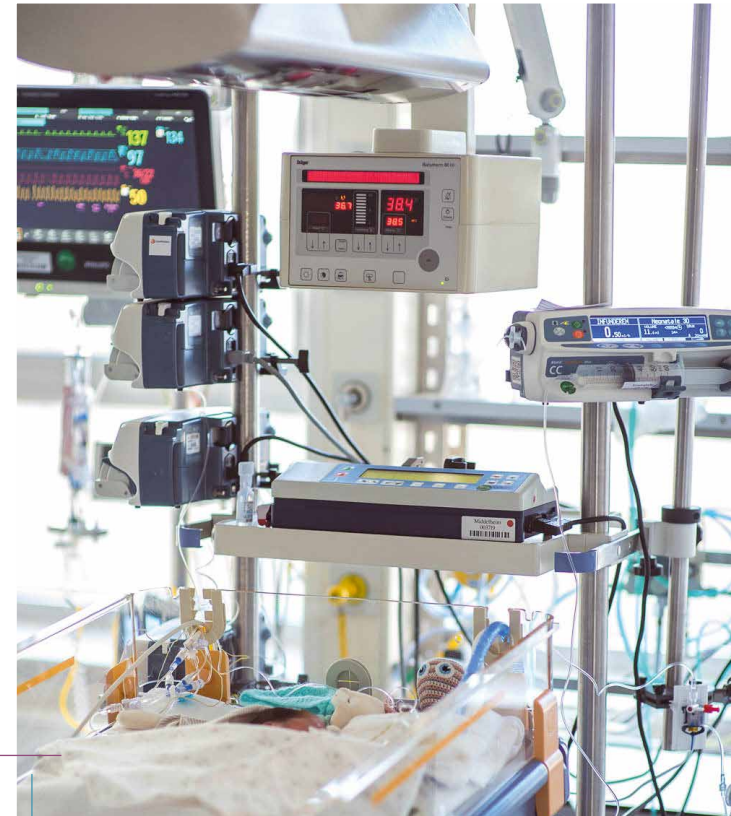
Het kind kan beademd worden en de lucht wordt verwarmd, bevochtigd en indien nodig verrijkt met zuurstof. Bij beademing neemt een machine de ademhaling over, bij CPAP (Continuous Positive Airway Pressure) ademt het kind zelfstandig met extra ondersteuning om de longetjes open te houden.

Elk kindje wordt bewaakt en (zo nodig) ondersteund door apparatuur. Hartslag, ademhaling, zuurstofgehalte, temperatuur en bloeddruk worden gemeten. Via infuuspompen kunnen vocht en medicatie langzaam toegediend worden. Met het aspiratietoestel worden storende slijmpjes weggezogen.

## Tibbi takip

### Solunum:

Bebeğe solunum desteği verilebilir, hava ısıtılır, nemlendirilir ve gerekirse oksijen de verilebilir. Oksijen makinesi nefesi devrede alabilir. CPAP veya Optiflow ile bebeğinizin akciğerlerini açık tutabilmek için ekstra pozitif basınç uygulanır, ve bu sayede bebeğinizin bağımsız olarak nefes alabilmesini sağlar.



Her bebek ekipmanlar tarafından izlenir ve gerekirse destek alır. Kalp atışı, solunum, oksijen içeriği, sıcaklık ve kan basıncı ölçülür. Infüzyon pompaları ile sıvı ve ilaç yavaş bir şekilde verilebilir. Eğer rahatsız edici bir mukus varsa aspire makinesiyle bu alınabilir.

### Voeding

Een baby die veel te vroeg geboren wordt, kan nog niet zelf drinken, maar zijn vertering mag gestimuleerd worden. Daarom begint men ermee hele kleine beetjes voeding met een slangetje (sonde) rechtstreeks in de maag te geven. Ook voor een te vroeg geboren kind is moedermelk de beste keuze. Moedermelk is aangepast aan de vroeggeboorte. Het opbouwen van de productie duurt echter enkele weken, daarom is het heel goed als de moeder start met afkolven! Als dit niet kan of niet lukt is er aangepaste kunstvoeding voorhanden. In de tussentijd krijgt het kind zijn voeding via een infuus in een ader van de arm, het been, op het hoofdje of soms in de navel. Als de baby 33 of 34 weken is (gerekend in zwangerschapsweken) wordt geprobeerd of het kind zelf wil drinken. Rechtstreeks aan de borst, of met een flesje.

### Infecties

Door de vroeggeboorte en het verblijf op een N\* of NICU is er een risico op het oplopen van infecties. Preterm kindjes zijn daar extra gevoelig voor omdat ze minder afweerstoffen meegekregen hebben. Als de arts vermoedt dat uw kind een infectie heeft opgelopen, wordt er gestart met antibiotica.

### Longen

Een vroeggeboren baby heeft vaak onrijpe longen die de neiging hebben om niet voldoende open te blijven. Daarvoor krijgt de baby ondersteuning en medicijnen. Ook komt het nog wel eens voor dat de baby 'vergeet' te ademen, dat heet 'apneu'. Maar ook het hartritme kan even dalen, dat heet bradycardie. Daarom wordt via de monitor de ademhaling en de hartslag opgevolgd. Als het nodig is, zal je kindje aan de beademing worden gelegd, of »



Aan het voetje zit de saturatiemeter, die het zuurstofgehalte in het bloed meet. De plakkers op het lichaam meten de temperatuur en de hartslag. Aan de neus is de maagsonde zichtbaar.

Wanneer voeding nog niet mogelijk is of de vertering onvoldoende is, krijgt het kind vocht en calorieën via een infuus.

### Beslenme

Çok erken doğan bir bebek henüz kendi başına içemez, ancak sindirimi uyarılabilir. Bu nedenle insan doğrudan mideye bir tüple çok az miktarda beslenme ile başlar. Anne sütü aynı zamanda prematüre bir çocuk için en iyi seçimdir. Anne sütü erken doğuma adapte edilmiştir. Bununla birlikte anne sütünü arttırmak birkaç hafta sürer, bu yüzden annenin sütü pompalamaya başlaması çok uygundur! Bu mümkün değilse veya başarılı değilse, uygun formül mevcuttur. Bu esnada çocuk beslenmesini; koldan, bacakdan, kafadan veya bazen de göbekteki damarda bir IV yoluyla alır. Bebek 33 veya 34 haftalık olduğunda (hamileliğin haftaları olarak hesaplanır), çocuğun kendi kendine anne sütünü içmek isteyip istemediğini görmek için bir girişimde bulunulur. Doğrudan meme veya biberonlaba konu gözlenir.

### Enfeksiyonlar

Erken doğum ve N\* veya NICU'da kalma nedeniyle enfeksiyon kapma riski vardır. Erken doğmuş çocuklar buna karşı ekstra duyarlıdır çünkü daha az antikor içerirler. Doktor çocuğunuzun bir enfeksiyon kaptığından şüphelenirse, antibiyotiklere başlar.

### Akciğerler

Prematüre bir bebeğin genellikle yeterince gelişmemiş ve olgunlaşmamış akciğerleri vardır. Bebeğe bunun için destek amaçlı ilaç verilir. Bazen bebeğin nefes almayı 'unutması' da olur, buna 'apne' denir. Çocuğun kalp ritmi de düşebilir, buna bradikardi denir. Bu nedenle solunum ve kalp atış hızı monitör aracılığıyla izlenir. Gerekirse bebek bir ventilatöre yerleştirilecek veya burnundaki tüpler (CPAP veya Optiflow) yardımıyla solunum desteği verilir. →

Nabız oksimetrisi, kandaki oksijeni ölçer. Bu alet bebeğin ayağına takılır. Vücuttaki yamalar bebeğin sıcaklığını ve kalp atışını ölçer. Burnundan mideye yerleştirilmiş bir mide tüpü görüyorsunuz, bununla yiyecek ve ilaç verilir.



Beslenme henüz mümkün olmadığına veya sindirim yetersiz olduğunda, bebeğe serumla/IV yoluyla sıvı ve kalori verilir.

» krijgt het ademhalingsondersteuning met behulp van slangetjes in zijn neus (CPAP of Optiflow).

### Hart, bloedvaten, hersenen

De hersenen en bloedvaten zijn nog niet voldeende rijp bij veel te vroeg geboren baby's. Door regelmatig een echo van het hoofd en het hart te maken, houdt de arts de situatie in het oog.

### Spieren

Nu het kindje geboren is, ligt het niet meer in een gebogen houding in het vruchtwater van de baarmoeder. Omdat deze houding belangrijk is voor de motorische ontwikkeling, wordt je kindje in de couveuse meestal in een 'nestje' gelegd. Ter ondersteuning wordt er soms ook een fysiotherapeut/kinesitherapeut ingeschakeld.

### Ogen en oren

Preterme kindjes zijn nog erg gevoelig voor licht en lawaai. De couveuse wordt daarom afgedekt om hen te beschermen tegen overmatig licht en het geluidsniveau wordt zo veel mogelijk beperkt. Bij een vroeggeboorte zijn de bloedvaten van het netvlies nog niet volledig ontwikkeld. Om te zien of de groei van die bloedvaatjes goed verloopt, worden de oogjes regelmatig nagekeken door de oogarts. Ook het gehoor wordt getest voor het ontslag.

### Slaap

Tijdens de dag is er een slaap-waakpatroon dat zich continu afwisselt. Geniet samen van de wakkere momenten om contact te leggen met elkaar. Deze sociale interactie kan in het begin nog vermoeiend zijn. De slaapcyclus is voor de rust en ontwikkeling belangrijk, respecteer de diepe slaap van de baby zodat hij kan herstellen van de vele prikkels en de hersenen verder kunnen uitrijpen.

Het gewicht wordt regelmatig gemeten. Aangezien dit een ingrijpende gebeurtenis is voor het kind wordt dit niet altijd dagelijks gedaan.



Vroeggeboren baby's worden sneller geel (icterus) dan andere kinderen. Ze worden dan een aantal dagen onder een lamp gelegd met de huid zo veel mogelijk vrij en de oogjes afgedekt tegen het felle licht.

### → Kalp, damarlar ve beyin

Erken doğan bebeklerde beyin ve kan damarları henüz yeterince olgunlaşmamıştır. Doktor, düzenli olarak baş ve kalp ultrasonu yaparak durumu göz altın da tutar.

### Kaslar

Artık bebek doğduğuna göre, anne rahimdeki amniyotik sıvıda bükülmüş bir pozisyonda olmaya bilir. Bu pozisyon vücutsal gelişim için önemli olduğundan, bebeğiniz genellikle kuvözde bir "yuvaya" yerleştirilir. Bazen bir fizyoterapist destek için çağrılır.

### Gözler ve kulaklar

Erken doğmuş çocuklar hala ışığa ve gürültüye karşı çok hassastır. İnkübatör bu nedenle onları aşırı ışıktan korumak için kapatılır ve gürültü seviyesi mümkün olduğu kadar azaltılır. Erken doğumda, retinanın kan damarları henüz tam olarak gelişmemiştir. Bu kan damar-

larının iyi gelişip büyümediğini görmek için göz doktoru tarafından gözler düzenli olarak kontrol edilir. Görme ve İşitme, taburcu olmadan önce de test edilir.

### Uyku

Bebeğin ilk zamanlarında gün boyunca sürekli değişen bir uyku düzeni vardır. Bebekle daha güzel bir iletişim kurmak için aynı zamanda uyanma anlarının tadını çıkarın. Bu sosyal etkileşim ilk başta yorucu olabilir. Uyku döngüsü dinlenmek ve gelişmek için önemlidir, bebeğin derin uykusuna saygı gösterin böylece çocuğun beyini daha da olgunlaştır.

Bebeğin kilosu düzenli olarak ölçülür. Bu her zaman günlük olarak yapılmaz, çünkü bu bebeğiniz için çok yorucu bir işlem olabilir.



Prematüre bebekler diğer bebeklere göre daha çabuk sararır (yenidoğan sarılığı). Bu tespit edildiğinde bebekler bir kaç günlüğüne lamba altına yerleştirilir ve bir tek bezi vardır ve gözleri ışığa karşı korunur (kapatılır).

## Testen en onderzoeken



Om de medische toestand van het kind maximaal te kunnen volgen, zijn meestal een aantal testen of onderzoeken noodzakelijk.

Met een RX-foto krijgen artsen een beeld van de toestand van de longen en/of de buik. Zo kan men ook nagaan of een katheter of beademingstube goed geplaatst is.

Via een echografie worden de hersenen bekeken en kunnen ook andere organen onderzocht worden, bv hart, nieren, darmen, ...

## Test ve araştırma

Bebeğin tıbbi durumu mümkün olduğunca izlemek için bir test veya muayene gereklidir. Bir röntgen ile, doktorlar akciğerlerin ve/ veya karnın bir resmini çekerler. Bu şekilde, bir kateterin veya solunum tüpünün doğru yerleştirilip yerleştirilmediğini kontrol edilebilir.



Ultrason ile beyin, ve diğer organlar incelenebilir, örneğin kalp, böbrekler, bağırsaklar,.....



De kwetsbare oogjes worden zorgvuldig opgevolgd.

Ook het gehoor wordt getest.

İşitme de test edilir.

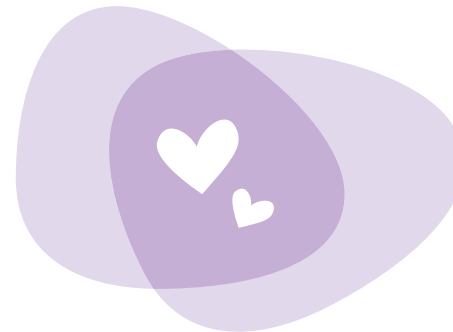


Gözler önlemlerle kontrol edilir.



Voor het vertrek naar huis wordt de wiegendoodtest afgenomen.

Eve gitmeden önce gerekirse karyolası ölüm testi yapılır.



## Liefde van de ouders

Ook de liefde van de ouders is levensnoodzakelijk voor deze kleine baby's. Vanaf het begin kan je contact maken met je kindje in de couveuse, door bijvoorbeeld zachtjes te praten.

De verpleegkundigen staan klaar om vragen te beantwoorden en je te helpen om je kindje stap per stap te leren kennen en te verzorgen.



## Ebeveynlerin sevgisi



Başından itibaren bu küçük bebekler için ebeveyn sevgisi çok önemlidir. Örneğin bebeğinize yumuşak ve nazıkçe dokunarak, kuluçka makinesinde bebeğinizle iletişim kurabilirsiniz.

Hemşeriler sorularınızı, bebeğinizi adım adım tanımanıza ve ona bakmanıza yardımcı olur.

### Je rol als ouder

Vele ouders hebben het moeilijk om contact te maken met hun kindje. Ze zijn bang om hun kind nog te verliezen. Het kind ziet er nog zo klein en kwetsbaar uit en vaak is fysiek contact maar beperkt mogelijk. Ze worden afgeschrikt door de apparatuur en de drukte. Ze hebben het gevoel dat het kind niet van hen is en dat ze het komen bezoeken. Onderschat echter niet het belang van jezelf als ouder. Zelfs de kleinste kinderen voelen, ruiken en horen wanneer hun ouders bij hen zijn en vaak is dit merkbaar in hun medische waarden. Ze worden rustiger, ademen beter, ... Veelvuldig contact met je kindje, hoe klein en kwetsbaar ook, vermindert zijn stress en bevordert zijn ontwikkeling. Probeer daarom zo vaak mogelijk je kindje te bezoeken. De bezoeksregelingen zijn afhankelijk van de afdeling. Vraag ernaar!

De verpleging kan je tips geven hoe je het best contact kan maken met je kindje. Ook zullen ze je stap voor stap leren je kind zoveel mogelijk zelf te verzorgen: verschonen, temperatuur opnemen, een badje geven, ... De verpleging is er voor je kind, maar ook voor jou.

### Hygiëne

Bij zulke kleine kindjes is uiterste hygiëne heel belangrijk om infecties te proberen voorkomen. Met name sieraden (ringen, armbanden, horloges) bevatten veel bacteriën omdat ze niet goed schoon te houden zijn en worden bijgevolg niet gedragen bij een bezoek aan je kindje. Nagellak is op veel afdelingen 'verboden' omdat daar veel bacteriën onder zitten.

Volg nauwkeurig de richtlijnen van de afdeling op, in verband met het wassen van de handen, het dragen van beschermende kledij, ...

### Contact

Huid-op-huid contact of kangoeroeën is heel belangrijk. Het kind ligt dan tegen de blote borst van zijn vader of moeder, voelt de ademhaling van zijn ouder, hoort de hartslag en ruikt de geur. Het komt op die manier vaak tot rust. Net als elk ander lichamelijk contact levert kangoeroeën geen extra hygiëniserisico's op, en is het heel belangrijk voor de groeiende band tussen ouder en kind.

Je kan ook praten tegen je kind, een verhaal voorlezen of liedjes zingen. Het zal je niet verstaan, maar het voelt je aanwezigheid en je steun. Vooral de stem en de hartslag van de moeder zijn vertrouwde geluiden voor het kind.

Elke vorm van contact dat je maakt met je kind geeft je de gelegenheid je kindje te leren kennen. Ook je kindje geraakt zo vertrouwd met je stem, je geur, je aanrakingen, ... Hoe beter je elkaar kent, hoe gemakkelijker de stap naar huis.

### Voeding

Borstvoeding is heel belangrijk voor een kind in de couveuse. Alleen in moedermelk zitten stoffen die het kunnen beschermen tegen bepaalde infecties. Dat betekent heel vaak kolven, en dat vergt veel van een moeder. Soms heeft het kindje meer nodig dan alleen borstvoeding, dan worden er eiwitten, mineralen en vitamines aan toegevoegd die je kind helpen. Maar de basis blijft borstvoeding. Echter »

Hygiëne is erg belangrijk! Doe je juwelen uit, was je handen grondig en ontsmet ze bij elk contact met je kind. Deze kleine baby's zijn immers gevoelig voor infecties.

### Anne olarak rolünüz

Bir çok ebeveyn, çocuklarıyla iletişim kurmakta zorlanır. Çocuklarını kaybetmekten korkarlar. Çocuk hala çok küçük ve savunmasızdır. Çoğu zaman fiziksel temas ancak sınırlı bir ölçüde mümkün olur. Yeni doğmuş bebekler bile ebeveynleri yanlarında olduğunda hissederek, koklar ve işitirler ve bu genellikle tıbbi değerlerinde belirgindir. Bebekler annelerini yanlarında hissettiklerinde sakinleşir ve kendilerini daha çok güvende hisseder sağlıklı nefes alır... Çocuğunuz ne kadar küçük ve kırılgan olursa olsun, annenin sık sık temas etmesi stresi azaltır ve gelişimini destekler. Bu nedenle, çocuğunuz mümkün olduğunca sık ziyaret etmeye çalışın. Ziyaret düzenlemeleri departmana bağlıdır. Bunun hakkında bilgi alabilirsiniz!



Bakım personeli, çocuğunuzla en iyi nasıl iletişim kurabileceğiniz konusunda size ipuçları verebilir. Ayrıca çocuğunuza olabildiğince kendi başınıza bakmanız için size adım adım öğreteceklerdir: Bebeğinizin altını değiştirme, ateş alma, banyo yaptırma gibi, ... Hemşireler çocuğunuz için olduğu kadar sizin için de oradadır.

### Hijyen

Bebekler de enfeksiyonları önlemek için aşırı hijyen çok önemlidir. Özellikle mücevherler (yüzükler, bilezikler, saatler) çok fazla bakteri içerir çünkü temiz tutulamazlar. Bu nedenle çocuğunuzla yapacağınız temaslarda bu tür takıları takmamalısınız. Oje çok fazla bakteri barındırdığı için birçok departmanda 'yasaktır'. Bölümün yönergeleri yakından takip edin, el yıkamak, koruyucu kıyafet giymek gibi.

### İletişim

Deriden cilde temas veya kanguru yavrusunun annesinin torbasına girmiş hali gibi çok önemlidir. Bebek doğumdan sonra babasının veya annesinin çıplak göğsüne yatırılır, ebeveyninin nefes aldığını hisseder, kalp atışını duyar ve kokuyu koklar. Genellikle bu şekilde bebekler sakinleşir. Kanguru pozisyonu diğer herhangi bir fiziksel temas ile hijyen riski oluşturmaz ve ebeveyn ile çocuk arasındaki artan bağ için çok önemlidir.

Ayrıca bebeğinizle konuşabilir, ona bir hikaye okuyabilir veya şarkılar söyleyebilirsiniz. Sizi anlamayacak ama varlığını ve desteğinizi »

### Hijyen çok önemlidir!

Mücevherlerinizi çıkarın, ellerinizi iyice yıkayın ve bebeğinize her dokunduğunuzda ellerinizi dezenfekte edin. Küçük bebekler enfeksiyona karşı hassastır.

» hangt het moment waarop de baby aan de borst mag af van de ontwikkeling van zijn zuigen slikreflex en de algemene toestand. De meeste baby's vanaf 32 à 34 weken slagen erin om het zuigen, slikken en ademhalen te coördineren. Uiteraard is er kunstvoeding beschikbaar, als afkolven of borstvoeding geven niet lukt. Bij problemen, aarzel zeker niet om hulp te vragen!

### Kleding

Wil je graag zelf kleertjes kopen voor je kindje of wil je zelf iets maken? Dat kan zeker. Op sommige afdelingen zijn patroontjes te verkrijgen. In gespecialiseerde babyzaken zijn kleertjes te koop, maar ook gewone kledingwinkels hebben steeds vaker kleinere babymaatjes. Ook via het internet zijn adressen te vinden. Op [www.vvoc.be](http://www.vvoc.be) vind je een aantal links.

→ hisseder. Özellikle annenin sesi ve kalp atışları çocuğa tanıdık gelen seslerdir.

Bebeğinizle kurduğunuz her türlü iletişim size bebeğinizi daha iyi tanıma fırsatı verir. Çocuğunuz ayrıca sesinize, kokunuza, dokunuşunuza o kadar aşina olur ... Birbirinizi ne kadar iyi tanırırsanız eve gitmek o kadar kolay olur.

### Beslenme

Kuluçka makinesindeki bir çocuk için emzirme çok önemlidir. Sadece anne sütü, onu be-

lirli enfeksiyonlara karşı koruyabilecek maddeler içerir. Bazen bebeğin emzirmekten daha fazlasına ihtiyacı vardır, ardından çocuğunuza yardımcı olmak için proteinler, mineraller ve vitaminler eklenir. Ancak emzirme temel etken olmaya devam eder. Bununla birlikte, bebeğin emzirmesine izin verildiği an, emme ve yutma refleksinin gelişmesine ve genel durumuna bağlıdır. 32 ile 34 haftalık bebeklerin çoğu emme, yutma ve nefes almayı koordine etmeyi başarır. Elbette, süt sağamıyorsanız veya emziremiyorsanız mama mevcuttur. Sorun çıkması durumunda yardım istemekten çekinmeyin!

### Kıyafetler

Çocuğunuz için kıyafet almak yada ona özel kıyafet dikmek istiyorsanız bu tamamen sizin elinizdedir. Bazı bölümlerde kalıplar mevcuttur. Giysiler özel bebek mağazalarında satılır, ancak sıradan giyim mağazalarına da giderek daha küçük bebek bedenleri uygun kıyafetleri bulabilirsiniz. Bebek kıyafetlerini internette de bulabilirsiniz. [Www.vvoc.be](http://www.vvoc.be) adresinde buna bağlı bir link bulacaksınız.

Tıbbi durum izin verir vermez, bebek anne veya baba tarafından tutulabilir.

Zodra de medische toestand het toelaat, mag het kindje op de schoot bij mama of papa.





Bebeğiniz tıbbi olarak stabilize edildikten sonra kanguru şekliğinde bebeğinizi tutabilirsiniz. Bebeğinizle daha sonra cilt teması yapabilirsiniz, anne veya babanın çıplak göğsünde uzanabilir. Bir ebeveyn olarak bu, bebeğinizi hissetmek, kucaklamak, beslemek ve onunla iyi bir ilişki kurmak için eşsiz bir fırsattır.

Bebeğinizin eline, karnına veya ayağına elinizi koyarsanız bu güvenlik hissi verir. Bebekler başlangıçta çok savunmasızdır, bu yüzden okşamak fazla uyarıcı olabilir.

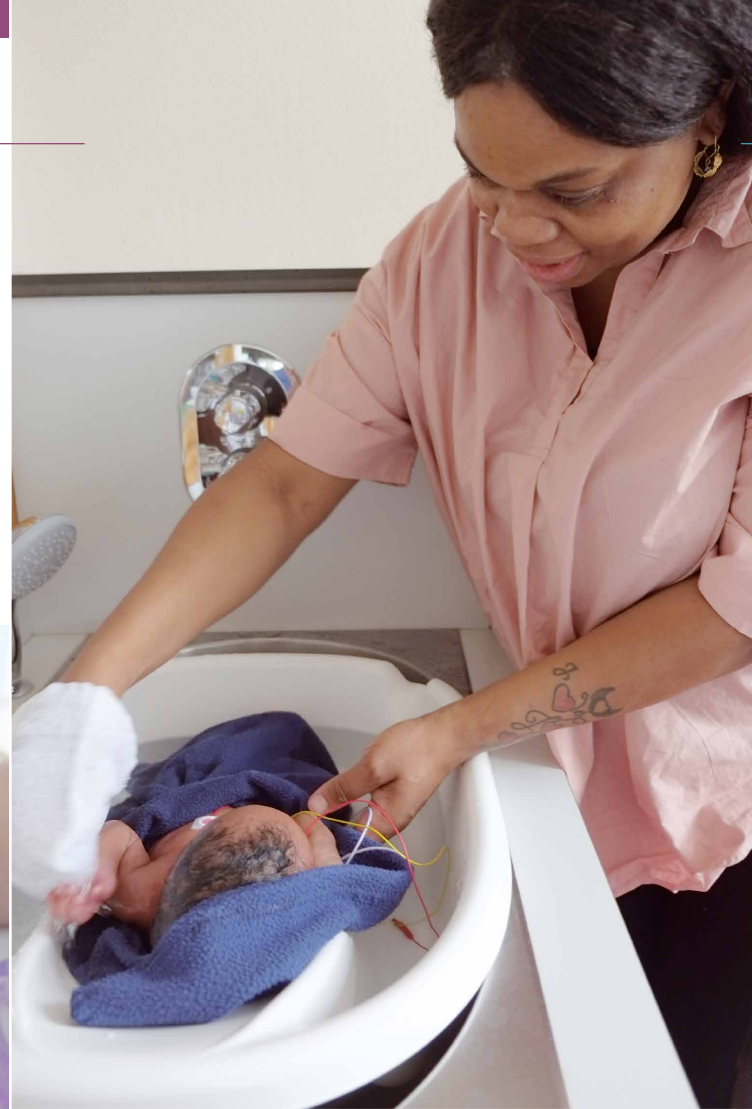
Is het kindje medisch gestabiliseerd dan wordt kangoeroeën mogelijk. Je kindje mag dan naakt op de naakte borst van mama of papa liggen. Voor je kind is dit heel rustgevend. Het ruikt de huid van zijn ouders, hoort hun hartslag en wordt warm gehouden door hun lichaamswarmte. Ook als ouder is dit een unieke kans om je kind te voelen, te knuffelen, te koesteren, dit kan helpen om een goede band op te bouwen.

Een hand op het hoofdje of de buik en een hand aan de voetjes geeft een geborgen gevoel aan je kindje. Deze kindjes zijn in het begin erg kwetsbaar, waardoor strelen al te prikkelend kan zijn.



Wanneer je kindje voldoende stabiel is en het de couveuse een tijdje mag verlaten, leer je een badje geven. Dit geeft ook de mogelijkheid om het kindje aan en uit te kleden.

Ook de verzorging van je kindje is een leerproces. De verpleegkundigen staan klaar om ouders stap voor stap te begeleiden en te helpen om dit meer en meer zelfstandig te doen. Al vrij snel mag je als ouder je kindje verschonen, het mondje verfrissen, de temperatuur opnemen, de saturatiemeter verplaatsen, ... Dit alles kan zelfs bij kinderen die de couveuse nog niet mogen verlaten.



Bebeğiniz yeterince stabil olduğunda ve bir süre kuluçka makinesinden çıkmasına izin verildiğinde, onu yıkamayı öğrenirsiniz. Bu aynı zamanda bebeğinizin üstünü çıkarmayı ve giydirmeyi de fırsat verir.

Bebeğinize bakmak da bir öğrenme sürecidir. Hemşeriler, ebeveynleri adım adım yönlendirmeye ve bunu giderek daha bağımsız şekilde yapmalarına yardımcı olur. Bebeğinizi kısa bir sürede kendiniz bezliye bilirsiniz, ağzını temizleyebilirsiniz, ateşini ölçebilirsiniz ve nabız oksimetrisinin yerini değiştirebilirsiniz. Bütün bunlar, henüz kuluçka makinesinden ayrılmalara izin verilmeyen bebeklerde bile mümkündür.

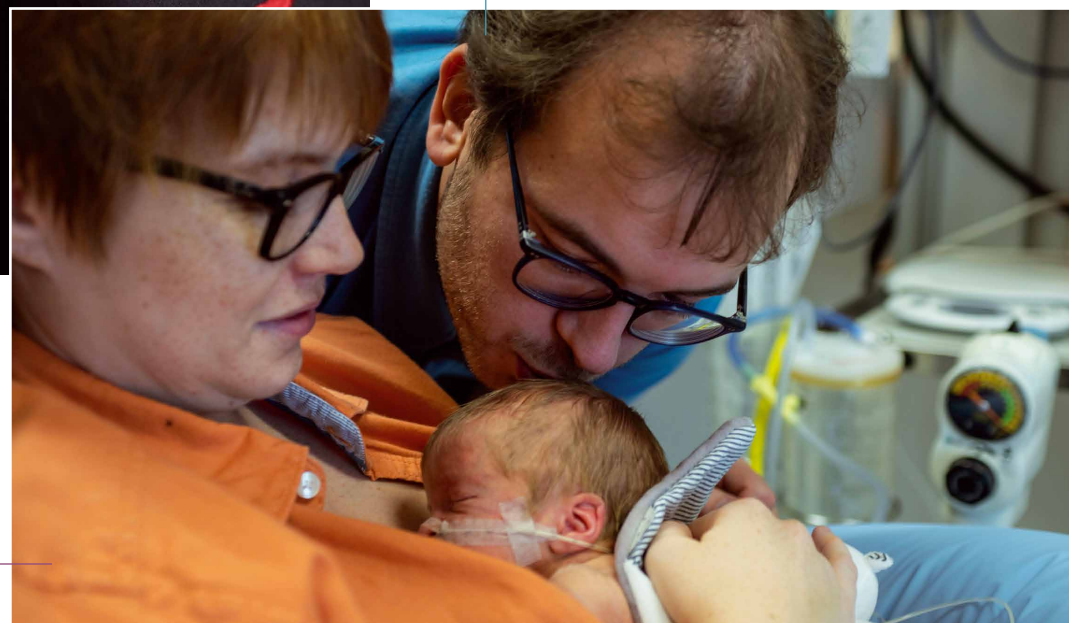


Bebekler ve ebeveynler birbirlerini göz teması ile tanır.

Sarılma, bebek ile ebeveyn arasında yakın temas sağlar.

Ook via oogcontact leren kind en ouder elkaar kennen.

Knuffelen zorgt voor een nauw contact tussen kind en ouder.



## Voeding



Leren eten is bij deze kinderen meestal een proces van verschillende weken. In het begin wanneer het kind nog niet kan drinken, geeft het kangoeroeën de baby de kans om op verkenning te gaan. Het ruikt de geur van de huid en de melk van moeder. Het voelt de borst en kan likken of sabbelen aan de borst. Tijdens dit proces kan de voeding toegediend worden via een sonde waardoor het kind dit contact leert te associëren met eten.

Nadien wordt geprobeerd de borst aan te bieden of een flesje met moedermelk. Er bestaan ook volwaardige premature poedermelken als alternatief.

## Beslenme

Bebeklerin yemek yemeyi öğrenmeleri genellikle bir kaç hafta sürebilir. Başta bebeğiniz henüz daha içemediğinde, bebeğinizle kanguru şeklinde temas yaparsanız bu keşfetme şansı verir. Anne ve sütünün kokusunu alır. Memeyi hisseder ve onu yalayabilir veya emebilir. Bu süreçte yiyecek bir tüp aracılığıyla verilebilir, böylece bebek bu teması yemekle ilişkilendirmeyi öğrenir.



Daha sonra anne emzirmeyi veya bir şişe anne sütü vermeyi deneyebilir. Prematüre bebekler için alternatif olarak mama sütü de vardır.



Wanneer het kind te snel moe is kan een deel van de voeding nog steeds via de maagsonde toegediend worden.

Volledige borstvoeding is meestal mogelijk na 34 à 36 weken.  
Als mama er niet is kan de afgekolfdde melk verder via flesjes aangeboden worden.

Bebeğiniz çok çabuk yorulursa, sütün bir kısmını bir mide tüpü yoluyla verebilirsiniz.

Sadece anne sütü ile emzirmek genellikle bebeğiniz 34 ila 36 haftalık olduğunda mümkündür. Anne eğer hastanede değilse, sağılmış süt biberon/tüple besleme yoluyla verilmeye devam edilebilir.



## Van couveuse naar bedje thuis



De meeste kinderen starten in een gesloten couveuse waar maximale zorg mogelijk is.

Daarna verhuizen ze naar een open bedje. Het matrasje kan eventueel verwarmd worden.

## Kuluçka makinesinden evdeki yatağına

Çoğu bebekle, maksimum bakımın mümkün olduğu kapalı bir kuluçka makinesinde başlar.



Sonra açık bir yatağa geçerler. Het matrasje kan eventueel verwarmd worden.

Als je kind opgenomen is op een NICU en het gaat goed met hem/haar, dan heeft het de intensieve zorg niet meer nodig. De arts zal je vertellen dat het kind overgebracht zal worden naar een N\* afdeling of een ander ziekenhuis, waar het verzorgd zal worden tot het sterk genoeg is om naar huis te gaan. Veel ouders schrikken daar in eerste instantie van. Ze zijn vertrouwd geraakt met de huidige situatie en net nu het beter gaat met hun kind, moeten ze weg. Het is goed te bedenken dat het juist goed gaat met je kindje en dat het voldoende heeft aan de zorg op de andere afdeling of in het andere ziekenhuis. Het is belangrijk dat de intensieve couveuseplaatsen voorbehouden blijven voor kinderen in kritieke toestand. Bovendien is het nieuwe ziekenhuis meestal dicht bij huis, zodat je makkelijker bij je kind kan zijn.

Als je kan, is het goed om vooraf in het andere ziekenhuis eens te gaan kijken. Vaak gelden er andere regels voor bezoek, hygiëne, ... Zo zal je kind meer en meer moeten wennen aan de huiselijke hygiëne. Ook zijn er minder verpleegkundigen per kind.

Als je kindje eraan toe is, zal het van de bewakingsapparatuur af worden gehaald. Als dat ook goed gaat en je kindje drinkt goed en zelfstandig, is het meestal tijd om de stap naar huis te zetten.

Vervolgens is het tijd om naar huis te gaan. Veel ouders zijn blij dat ze naar huis mogen met hun kindje, maar voelen zich nog onzeker en angstig. Het team van de afdeling blijft bereikbaar en staat open voor je vragen en bezorgdheden.



Çocuğunuz bir NICU'ye kabul edilirse ve durumu iyi ise, artık yoğun bakıma ihtiyacı yoktur. Doktor, çocuğunuzun bir N \* koğuşuna veya başka bir hastaneye nakledileceğini ve burada eve gidecek kadar güçlü olana kadar tedavi edileceğini söyleyecektir. Birçok anne-baba başlangıçta bu durumdan şok olur. Mevcut duruma aşına oldular ve tam da çocukları iyileşirken gitmek zorunda kalıyorlar. Çocuğunuzun iyi durumda olduğunu ve diğer koğuştaki veya diğer hastanedeki bakımın yeterli olduğunu hatırlamak fayda var. Yoğun kuluçka yerlerinin kritik durumdaki çocuklar için ayrılması önemlidir. Ayrıca, çocuğunuzun yanında daha kolay olabilmemiz için yeni hastane genellikle eve daha yakındır. Yapabiliyorsanız, diğer hastaneye önceden bir göz atmak iyi bir fikirdir. Genellikle ziyaretler, hijyen ve buna benzer kurallar geçerlidir ... Örneğin, çocuğunuzun ev hijyenine zamanla alışması gerekecektir. Şunuda unutmayalım çocuk başına düşen hemşire sayısı çok fazla değildir.

Çocuğunuz hazır olduğunda, izleme ekipmanından çıkarılacaktır. Çocuğunuzun duru iyiye doğru gider ve bazı şeylere bağımlılığı kalmamışsa çocuk için eve gitme zamanı gelmiş demektir.

Daha sonra eve gitme zamanı. Pek çok anne baba, bebekleriyle eve gidebildiği için mutludur, ancak yine de güvensiz ve endişeli hisseder. Departman ekibine her zaman sorularınız ve endişeleriniz için iletişime geçebilirsiniz.

## Het kamertje

Zorg dat je kind het niet te warm heeft. In de slaapkamer is 18 à 20°C voldoende. Gebruik geen dekbedje of kussen en vermijd te veel dekentjes. Zorg voor frisse lucht door regelmatig te verluchten.

Laat je kind op de rug slapen, niet op zijn buik. Leg het ook niet op de zij te slapen want dan kan het op de buik rollen. Laat je kind niet in het ouderlijke bed slapen. Het kind kan zijn temperatuur nog niet goed regelen, en kan het zo in het grote bed te warm krijgen. Bovendien kan het kind niet onder de kussens of het dekbed uit als die op hem komen te liggen.

## Het badje en de kleding

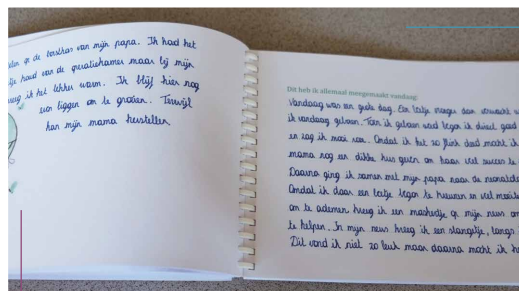
De ruimte waar je een badje geeft, mag wel lekker warm zijn. Probeer er voor te zorgen dat je kindje niet te veel afkoelt na het badje.

Kies de kleding zo uit dat je kindje het niet koud heeft maar zeker ook niet te warm.

**Graag rust, regelmaat en reinheid.**

Gun je kindje voldoende rust! Naar huis gaan betekent immers voor je baby aankomen in een volledig onbekende omgeving. Met rust en regelmaat help je je kindje om deze nieuwe plek met mondjesmaat te ontdekken. Als het geen belangstelling meer heeft voor wat er rond hem gebeurt, is dat vaak het signaal dat het moe is. Gun het dan de nodige rust.

Bezoekers die ziek zijn houd je best nog even op afstand. Je kindje is immers nog erg vatbaar voor infecties. Voel je hierover niet schuldig, je mag best streng zijn want het gaat immers om het welzijn van je kind. Geef je kindje tijdens het bezoek ook niet steeds door van de ene persoon naar de ander. Dat is erg vermoeiend voor je kindje.



Veel afdelingen werken met een dagboekje waar de dagdagelijkse evolutie en belangrijke stappen van het kindje in kunnen genoteerd worden en waar foto's een plaatsje krijgen. Het vormt een mooie herinnering voor de ouders en boeiend boek voor het kindje later.

Roken in de buurt van de baby of in de ruimtes waar het kind eventueel op andere momenten verblijft, is ontoelaatbaar. Neem het kind ook niet mee naar plaatsen waar er gerookt wordt.

Tijdens wakkere momenten, kan je je kindje op de buik leggen. Dit kan je afwisselen met andere houdingen zoals ruglig en zijlig. Dit bevordert de motorische ontwikkeling. Indien je kindje onrustig is, kan kangoeroeën nog steeds geborgenheid en troost geven.

## Gezondheid en medische opvolging

De kinderarts of neonatoloog is de eerste verantwoordelijke arts van je kind. Maak je je zorgen over je baby, neem dan contact op met hem/haar. Als ouder heb je immers goed zicht op het gedrag van je kind en eventuele veranderingen. Er zijn geen domme vragen. Je kan maar horen dat alles in orde is. Is er toch iets aan de hand dan zal de arts je kindje verder onderzoeken en eventueel doorverwijzen naar andere hulpverleners. Laat de consultatie- »

Çoğu departman bir günlük ile çalışır, bunun içine günlük değişim ve bebeğin önemli bilgileri not alınır ve resimler için de yer vardır. Ebeveynler için güzel bir anı ve daha sonra bebeğiniz için ileride okuyacağı güzel bir kitap haline gelir.

## Çocuk Odası

Çocuğunuzun çok sıcak olmadığından emin olun. Yatak odası 18 ile 20 ° C yeterlidir. Yorgan veya yastık kullanmayın ve çok fazla battaniyeden kaçının. Düzenli olarak havalandırarak temiz hava sağlayın.

Çocuğunuzun midesi üzerinde değil sırtüstü yatmasına izin verin. Çocuğunuzun uyuması için yan yatırmayın çünkü yuvarlanabilir yüz üstü geldiğinde nefes alamaya bilir. Çocuğunuzun ebeveyn yatağında uyumasına izin vermeyin. Çocuk henüz sıcaklığını düzgün bir şekilde ayarlayamaz ve geniş yatakta çok ısınabilir. Ayrıca çocuk üzerine yatarken yastıkların veya yorganın altından çıkamaz.

## Banyo ve giysiler

Banyo yaptıracağınız oda güzel ve yeterli derecede sıcak olabilir. Banyodan sonra çocuğunun vucud ısını tekrar normal ısıya düşmesini sağlamalısınız.

Çocuğunuza giydireceğiniz giysileri, ne çok soğuk ne de çok sıcak olmayacak şekilde seçin.

## Huzur, sessizlik, temizlik ve düzen

Çocuğunuzu yeterince dinlendirin! Sonuçta eve gitmek, bebeğiniz için tamamen yabancı bir ortama gelmek anlamına gelir. Huzur ve düzen içinde çocuğunuzun bu yeni yeri yavaş yavaş keşfetmesine yardımcı olun. Etrafında olup bitenlere karşı ilgisini kaybetmişse, bu genellikle

yorgun olduğunun bir işaretidir. Ona gerekli olan yeterli uyku zamanını sağlayın.

Hasta olan ziyaretçiler bir süre uzakta tutulmalıdır. Çünkü, çocuğunuz hala enfeksiyonlara karşı çok hassastır. Çocuğunuzu ziyarete gelen kişileri Kabul etmediğiniz için kendinizi suçlu hissetmeyin, katı olabilirsiniz çünkü her şey çocuğunuzun iyiliğiyle ilgilidir. Çocuğunuzu ziyaret sırasında bir kişiden diğer bir kişiye aktarmayın. Bu çocuğunuz için çok yorucu olur.

Bebegin çevresinde veya başka yerde bulunduğ  
u ortamda sigara içilmesi kabul edilemez. Ay  
rıca çocuğ sigara içilen yerlere götürmeyin.

Çocuğunuz huzurlu bir şekilde uyumuyorsa Uyanma anlarında çocuğunuzu karnının üstüne yatırabilirsiniz. Bunu, sırtüstü ve yan yatma gibi diğer pozisyonlarla değiştirebilirsiniz. Bu iç organlarının gelişimi destekler. Çocuğunuza bu arada ara sıra kanguru pozisyonuna getirerek ona daha fazla huzur verebilirsiniz.

### Sağlık ve tıbbi takip

Çocuk doktoru veya neonatolog, çocuğunuzdan sorumlu ilk doktor dur. Bebeğiniz hakkında endişeleriniz varsa, lütfen onunla iletişime geçin. Sonuçta, bir ebeveyn olarak çocuğunuzun davranışını ve her türlü değişikliği iyi bir şekilde görürsünüz. Çocuğunuzun doktoruna her şeyi sorabilirsiniz. Her şeyin yolunda gidip gitmediğini öğrenebilirsiniz. Bir sorun varsa, doktor çocuğunuzu daha ayrıntılı bir şekilde inceleyecek ve gerekirse diğer bakıcılara havale edecektir. Herhangi bir şey net değilse, klinik doktoru veya pratisyen hekimin çocuk doktoru ile iletişime geçin. Gebelik yaşı 32 haftadan az olan veya doğum ağırlığı 1500 gramın altında olan çocuklar için, çocuk 5.5 yaşına gelene kadar özel bir takip programı vardır. Çocuk daha sonra doktor, psikolog, fizyoterapist, konuşma terapisti ve

