

bebeklerde kolik

- » Açlık
- » Gaz sancısı
- » Altının ıslak olması
- » Uykusuzluk
- » Güvenli hissetme
- » Sarılma isteği
- » Hareket etme isteği,
- » Ortamın çok sıcak olması
- » Karın ağrısı
- » Göze yabancı cisim kaçması
- » Tanı konmamış bazı hastalıklar

gibi pek çok nedenle bebekler ağlar. **Ama bazı BEBEKLER DAHA FAZLA AĞLAR.** Sürekli ağlayan bir bebekte gaz sancısı dışındaki olası nedenlerin göz ardı edilmemesi için doktora geç olmadan başvurmak oldukça önemlidir.

KOLİK NEDİR?

- » İlk 3 Ayda
- » Günde 3 saatten fazla
- » Haftanın 3 günü
- » En az 3 hafta boyunca

Bebeğinizin huzursuzluk ve ağlama nöbetleri varsa bu durum **infantil kolik** olarak tanımlanır. Ancak doktorunuz bebeğinizi bu noktadan önce de kolik olarak teşhis edebilir. Koliğin temel nedeni kesin olarak bilinmemektedir. Genellikle herhangi bir sağlık sorununa işaret etmez, doğumdan sonraki 2. ve 3. haftalar arasında başlar, bebek 3-4 aylık olana kadar devam eder ve sonrasında kendiliğinden düzelir.

Bebeklerin %13-30 unda görülür. Anne sütü daha rahat sindirildiğinden anne sütü alan bebeklerde görülme sıklığı daha düşüktür. Sigara içen annelerin bebeklerinin kolik olma olasılığı daha fazladır.

Hem kendiniz hem de bebeğiniz için hayatı kolaylaştırmak adına neler yapabilirsiniz?

- » Öncelikle ağlama nöbetleri için kendinizi ya da bebeğinizi suçlamayın; kolik kimsenin hatası değildir. Rahatlamaya çalışın ve bebeğinizin sonunda bu evreyi atlatacağını düşünün. Unutmayın ki, bebeğiniz sizin stresinizi ve gerginliğini hisseder.
- » Emziren annenin kahve gibi kafein içeren veya gazlı içecekler içmesi; acılı, baharatlı, gaz yapan gıdalar tüketmesi bebeklerindeki kolik ağrılarını artırır. Kendi beslenmenize dikkat edin.
- » Bebeğinizin doğru ve yeterli beslemesine dikkat edin. Beslenirken ya da emerken hava yutması, gaz üreten gıdalarla besleme bebeğin gaz sancısını artırır.
- » Doktorunuzun önerceği basit fiziksel hareketlerle bebeğin gazının çıkartılması, sakinleştirici müzikler, ılık bir banyo kolik ağrıları için rahatlatıcı olabilir.
- » Bebeği arabasında evin içinde dolaştırmak bebeğinizi rahatlatır.
- » Gaz giderici veya rahatlatıcı olduğu belirtilen birçok ürünün etkili olduğuna dair yeterli bilimsel kanıt yoktur. Doktorunuzun veya eczacınızın önermediği bir ürünü kullanmayınız.

Aşağıdaki durumlarda mutlaka doktorunuza başvurun...

- » Bebeğiniz iyi beslenmiyorsa, kilo almıyorsa veya güçlü bir emme refleksine sahip değilse
- » Sık sık kusma varsa,
- » İshali varsa veya kakasında kan varsa,
- » 38 ° C veya daha yüksek bir ateşi varsa,
- » Bebeğinizin ağlamasının kolik mi yoksa başka bir hastalığın belirtisi mi olduğundan emin değilseniz

DOKTORUNUZA BAŞVURUN.

**KONTROL SİZDE,
ECZACINIZ SİZİNLE!**

Daha fazlası için



www.teb.org.tr • www.eczacinizadanisin.info