

미숙아를 집에 데리고 왔을 때

미숙아란?

출산예정일보다 3주이상 일찍 태어난 아기

반드시 기억해야 할 주요사항들:

- 나이 정정: 아기의 나이를 출산예정일을 기준으로 정정하는 것으로 수정연령이라 부르며 매우 중요
- 감염 예방: 아기의 기저귀를 갈아 주었거나 몸이 아플 경우 반드시 손을 씻은 후 아기를 만지거나 음식을 먹임
- 안아주기: 아기들은 가능한한 자주 당신 가까이 안아줄 필요가 있음

미숙아가 정상적인 아기와 다른 이유:

- 얼마나 일찍 태어났고 얼마나 아프냐에 따라 다른 것을 필요로 함
- 중추신경계가 덜 발달 (미성숙)
- 성장 부진

미숙아는 소리를 많이 내고 잘 흥분하므로 다음 사항이 매우 중요함:

- 아기가 원하는 것이 무엇인지를 아는 것
- 어떻게 아이와 이야기 할 수 있는지를 아는 것
- 아기가 양전(조용)해 지도록 하려면 어떻게 다루고 안아줘야 하는지를 아는 것

아기가 원하는 것을 처음부터 알 수는 없다. 배가 고픈가? 피곤한가? 너무 시끄러운가?

집에 온 처음 수 주나 수 개월간 아기는 쉽게 흥분하고 지치므로, 다음을 알아 두어야 함:

- 한번에 여러명이 아기를 에워싸고 있지 않는다
- 울고나 성질을 낼 때에는 싸안고 토닥 토닥 두드려 준다
- 아기를 웅크린 자세로 있게 해 준다 (편안하게)
- 정숙을 유지한다
- 아기로 하여금 자기 손이나 손가락을 빨게하거나 고무젖꼭지를 빨도록 한다
- 아기 주위의 불을 끈다
- 가 울면 들어 안아 준다
- 아기가 행복하고 평온해 보일 때엔 아기와 이야기하고 놀아 준다

먹이기(FEEDING)

미숙아는 다음과 같이 해 줄 필요가 있음:

- 빛이 거의 없고 조용한 곳에서 먹인다
- 아기의 손을 자기의 입 가까이 둔 채 가슴가까이 하여 먹인다
- 적어도 매 2-3 시간마다 모유를 준다 (어떤 아기에게는 조제유가 필요))

적어도 6 개월이 될 때까지는 싸리얼을 주지 않는다 (출산예정일 기준)



미숙아를 심에 네리고 왔을 때

당신의 아기는 아마도:

- 먹는 속도가 느리다
- 먹다 지친다
- 먹다 잠이 든다

잠자기, 깨어나기 및 울기

당신의 아기는 아마도:

- 잠잘때 뒤척이고 소리를 냄
- 자면서 끄끙거리고 신음소리를 냄
- 처음에는 많이 잠
- 일어날 때 신경질을 내고 많이 울
- 달래기가 아주 어려움

당신의 아기가 우는 이유:

- 배고픔, 피곤함, 외로움, 안기고 싶거나 움직이고 싶음
- 너무 많이 움직였거나 시끄러울 때 (지나친 자극)

미숙아는 시끄러운 소리나 자극에 아주 민감함.

만약 아기가 피곤하여 함께 놀고 싶지 않을 때 아마 아기는 다음과 같이 할 것임:

- 당신을 외면하려고 팔이나 손을 뺄림
- 울면서 신경질을 냄
- 깜짝 놀람
- 눈살을 찌푸림, 하품이나 재채기 하기, 혀를 내밈
- 조금 토함
- 숨쉬는 것이 평소보다 빨라짐
- 당신을 밀치거나 자기의 허리나 목 또는 머리를 짓밟

아기에게 다음과 같은 증상이 있으면 가정의에게 연락하십시오:

- 창백해 짐 (청색증)
- 호흡곤란이 있거나 호흡이 이상함
- 우는 것을 멈추지 않음
- 먹으려 하지 않음
- 먹는 것이 이상함
- 기저귀를 가는 회수가 적어도 하루 6회 이상이 안됨
- 토하고 설사를 함
- 깨우기가 어려움
- 몸이 허하고 매우 지침
- 열이 있음

당신의 아기의 갑작스런 죽음(SIDS)을 피하려면:

- 담배연기를 맞지 않아야 함
- 항상 바로 누워서 잠 (그러나 놀 때에는 배를 깔고 엎드림)

