

Khi Đưa Bé Sinh Non Của Bạn Về Nhà

Đứa Bé Sinh Non là gì?

- Một đứa bé ra đời sớm hơn bình thường ba tuần lễ là đứa bé sinh non

Những điều quan trọng cần nhớ:

- Tuổi được sửa lại: Điều quan trọng là phải tính tuổi con của bạn theo ngày tháng mà lẽ ra bình thường đứa bé sẽ ra đời. Việc này gọi là tuổi được sửa lại của con bạn.
- Ngăn ngừa nhiễm trùng: Luôn luôn rửa tay của bạn trước khi cho đứa con của bạn bú hoặc chạm vào người nó, sau khi thay tã và đặc biệt là khi bạn bị bệnh.

Các đứa bé sinh non thì khác với những trẻ khác bởi vì chúng có:

- những nhu cầu khác tùy theo chúng đã được sinh sớm bao lâu, hoặc tùy theo chúng đã bệnh tới mức nào
- một hệ thống trung khu thần kinh cần nhiều thời gian hơn để phát triển (còn yếu kém)
- nhu cầu phải theo cho kịp sự tăng trưởng

Các đứa bé sinh non có một thời gian không chịu nổi quá nhiều tiếng ồn và sự kích thích. Điều quan trọng là:

- tìm hiểu xem đứa bé con của bạn muốn gì
- học cách nói chuyện với đứa bé con của bạn
- học cách mang đi và ẵm đứa bé con của bạn để giúp nó nín khóc (im)

Có thể trong thời gian đầu rất khó để biết con của bạn muốn gì. Con của bạn đói chăng? Con của bạn mệt chăng? Con của bạn bị làm ồn quá chăng?

Trong vài tuần và vài tháng đầu tiên tại nhà, vì con bạn dễ bị khó chịu và dễ bị mệt, nên điều quan trọng là:

- không nên có quá nhiều người cùng một lúc ở chung quanh đứa con của bạn
- nếu đứa con của bạn khóc hay quấy, hãy bế nó, đong đưa nó và quấn khăn cho nó
- giữ cho con của bạn trong tư thế nằm co (gập người lại)
- cho đứa con của bạn mút bàn tay và các ngón tay hoặc cho nó ngậm núm vú giả
- phải yên tĩnh và im lặng khi gần đứa con của bạn
- tắt bớt đèn chung quanh đứa con của bạn
- bồng đứa con của bạn lên khi nó khóc
- nói chuyện và chơi với đứa con của bạn khi nó vui vẻ và ngoan

Cho bú

Các đứa bé sinh non cần được:

- cho bú trong một phòng yên tĩnh, ít ánh sáng đèn
- ôm đứa bé sát vào ngực bạn khi cho nó bú, với hai tay nó gần kề miệng nó
- cho bú cách mỗi 2-3 tiếng (một số đứa bé có thể cần cho bú sữa pha chế nhân tạo)

Đừng cho con của bạn ăn bột ngũ cốc (cereal) cho đến khi đứa bé đã lớn ít nhất là 6 tháng tuổi (tính từ ngày mà lẽ ra em bé sẽ được chào đời bình thường).



Khi Đứa Bé Sinh Non Của Bạn Về Nhà

Đứa bé sanh non của bạn có thể:

- chậm bú
- dễ bị mệt khi cho bú
- ngủ thiếp đi trong lúc đang cho bú

Ngủ, Thức Dậy và Khóc

Đứa bé con của bạn có thể:

- không nằm yên và ồn lúc ngủ
- cầu nhàu và rên lúc đang ngủ
- ngủ rất nhiều lúc ban đầu
- quấy khi thức giấc và khóc nhiều hơn
- rất khó dỗ cho nín

Đứa bé con của bạn có thể khóc vì:

- đói, mệt, lẻ loi, hoặc cần có người bồng bế hoặc cần được đu đưa
- có quá nhiều thứ hoạt cảnh và ồn ào (bị kích thích nhiều quá)

Các đứa bé sanh non rất nhạy cảm với tiếng ồn và sự kích thích.

Khi đứa bé con của bạn mệt và không muốn chơi với bạn, nó có thể:

- quay mặt đi chỗ khác và duỗi thẳng cánh tay và bàn tay
- khóc và trở nên quấy
- giật mình
- cau mày, ngáp, nháy mũi, và lè lưỡi ra
- ọc sữa hay chảy nước bọt (spit up)
- thở nhanh hơn bình thường
- nẩy người ra khỏi bạn, cong lưng, vặn vẹo đầu, vặn vẹo cổ

Gọi cho bác sĩ gia đình của bạn nếu con của bạn:

- tái mét, thâm tím (thiếu dưỡng khí để thở, cyanosed)
- thở khó nhọc hoặc cách thở khác hơn lúc bình thường
- khóc không chịu ngưng
- không muốn bú
- có vấn đề khi cho bú
- đái ướt ít hơn 6 miếng tã lót mỗi ngày
- ói mửa hoặc đi tiêu ra nước lỏng bồng
- khó thức dậy
- yếu và rất mệt
- bị nóng sốt

Để phòng ngừa Triệu Chứng Chết Bất Ngờ Ở Trẻ Em (Sudden Infant Death Syndrome, SIDS) thì đứa bé:

- phải được đặt xa nơi có khói thuốc
- **phải luôn luôn** ngủ ở tư thế nằm ngửa, (nhưng nên cho nằm sấp để chơi)

