

Sevgili Anneler

Sevgili Anneler

Bebeğinizi doğumdan sonra, ilk yarım saat ya da bir saat içerisinde emziriniz. İlk günler gelen süt (ağız-kolostrum) besleyici ve koruyucu özelliğe sahiptir. Bebeğiniz mutlaka bu sütü almalıdır.

Sütün gelmesi için bebeğinizin emmesi gerekmektedir. Ne kadar sık emzirirseniz o kadar çok süt salgınız artar. Sütüm yok diye emzirmekten kaçınılmamalıdır.

Bebekler ilk 6 ay **sadece anne sütü ile beslenmelidir**. 6. aydan sonra anne sütüne ilave olarak ek gıda başlanmalıdır. **Ek gıda ile beraber 2 yaş ve ötesine kadar emzirmeye devam edilmelidir**.

Bebekler arama ve emme refleksi nedeni ile ilk 3 ay doymayı bilmezler, sürekli aranır. Bu nedenle doymuyor diye erkenden yapay besin veya ek gıda başlanmamalıdır. Erkenden ek

gıda başlanması anne sütünün bırakılmasına veya anne sütünün azalmasına yol açabilir.

Bebeğinizin ilk 3 ay ortalama ayda 1000 gram alması normaldir (en az 700 gram, en fazla 1200 gram).

Göbek kordonu düşmeden bebek yıkanmamalıdır. Göbek bağı düştükten 1-2 gün sonra yıkama banyosu yapılmalıdır.

Bebeklerin çoğunda kolik dediğimiz gaz sancısı olur. Anneleri endişeye sokan bu durum çoğunlukla 5. ayın sonunda düzelmektedir.

Bebeklerde D vitamini ve demir düzeyi düşük olduğu için dışarıdan 15.gününde D vitamini 4. ayında ise demir desteği başlanmalıdır.

Yenidoğanlar ilk günlerde kakasını koyu (kına renginde) yapışkan kıvamda yaparlar (mekonyum). Sonraki süreçte anne sütü alan bebekler ilk ay

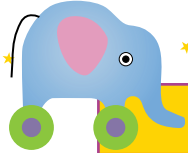
sarı, sulu ve çok sayıda kaka yaparlar. Bu durum ishal olarak değerlendirilmemelidir.

Doğumdan sonra yenidoğana ilk 1 hafta içerisinde işitme testi yaptırılmalıdır. Doktor muayenesine göre gereken durumlarda 2. ayda kalça ultrasonu çekilmeli, 3. ayda göz muayenesi yaptırılmalıdır.

Sağlık Bakanlığının uyguladığı zorunlu aşılar mutlaka yaptırılmalıdır. Diğer özel aşılar ile ilgili çocuk hekiminden bilgi alınmalıdır.

Çocuklar gelişim tablosundaki ağırlık ve boy ölçülerine göre değerlendirilir. Kilo ve boyu normal sınırlarda olan çocuklara iştahsız diyerek iştah açıcı ilaçlar, vitamin vb de olsa verilmemelidir. Bu konuda mutlaka hekimin önerisine uyulmalıdır.

Bebeğinize sevenleriyle birlikte sağlıklı ve mutlu bir yaşam dileriz.



Çocukluk Dönemi Aşılamaya Takvimi

	Doğumda	1. Ayın Sonu	2. Ayın Sonu	4. Ayın Sonu	6. Ayın Sonu	12. Ay
Hep-B	.../.../202...	.../.../202...			.../.../202...	
BCG			.../.../202...			
DaBT-İPA-Hib			.../.../202...	.../.../202...	.../.../202...	
KPA			.../.../202...	.../.../202...	.../.../202...	.../.../202...
KKK						.../.../202...
OPA					.../.../202...	
Td						
Hep-A						
Su Çiçeği						
Rota Virüsü			.../.../202...	.../.../202...		



	13. Ay	18. Ay	24. Ay	İlkokul 1. Sınıf	İlkokul 8. Sınıf	Aşı Randevu Tarihleri
Hep-B						.../.../202...
BCG						.../.../202...
DaBT-İPA-Hib		.../.../202...				.../.../202...
KPA						.../.../202...
KKK				.../.../202...		.../.../202...
OPA		.../.../202...		.../.../202...		.../.../202...
Td				.../.../202...	.../.../202...	.../.../202...
Hep-A		.../.../202...	.../.../202...			.../.../202...
Su Çiçeği	.../.../202...					.../.../202...
N. Menengitidis						.../.../202...



BEBEĞİN

Adı Soyadı			
Anne Adı		Baba Adı	
Doğum Doktoru		Bebek Doktoru	
Doğduğu Hastane	 DAVRAZ YAŞAM HASTANESİ		
Doğum Tarihi	 / / 202.....	Doğum Saati	
Doğum Şekli		Gestasyonel Haf.	
Doğum Baş Çevresi	 cm	Doğum Ağırlığı	 gr
Doğum Boyu	 cm	Apgar	
Kan Grubu		Anne Kan Grubu	
Doğum Sonrası Yapılan Taramalar			
1. Topuk Kanı (Tarih)	 / / 202.....	Kalça USG (2. Ay)	
2. Topuk Kanı (Tarih)	 / / 202.....	Göz Muayenesi (3. Ay)	
İşitme Testi (Tarih)	 / / 202.....		

AŞI TAKVİMİ

Doğum	Hepatit B (HB)-1
1. Ay	Hepatit B (HB)-2
2. Ay	BCG, Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Pnömonokok-1, Rotavirüs-1
4. Ay	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Pnömonokok-2, Rotavirüs-2
6. Ay	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Oral Polio, Pnömonokok-3, Hepatit B (HB)-3
12. Ay	Kızamık - Kızamıkçık - Kabakulak (MMR)-1, Pnömonokok-4
13. Ay	Su Çiçeği-1
18. Ay	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Oral Polio, Hepatit A-1
24. Ay	Hepatit A-2
4-6 Yaş	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (OPV veya IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Kızamık - Kızamıkçık - Kabakulak (MMR)-2, Su Çiçeği-2
11-12 Yaş	Difteri - Tetanos - HPV Virüs (Kız Çocuklarına 0., 2. ve 6. ayda) 3 Doz

2. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
İşitme Testi			
(OAE)			

3. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

4. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Prematürelerde			
FE Desteği			
Aşı			
Kalça USG			

5. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

6. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
FE Desteği			
Aşı			

7. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

8. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Ek Besinler			
Vitamin			
Aşı			

9. MUAYENE

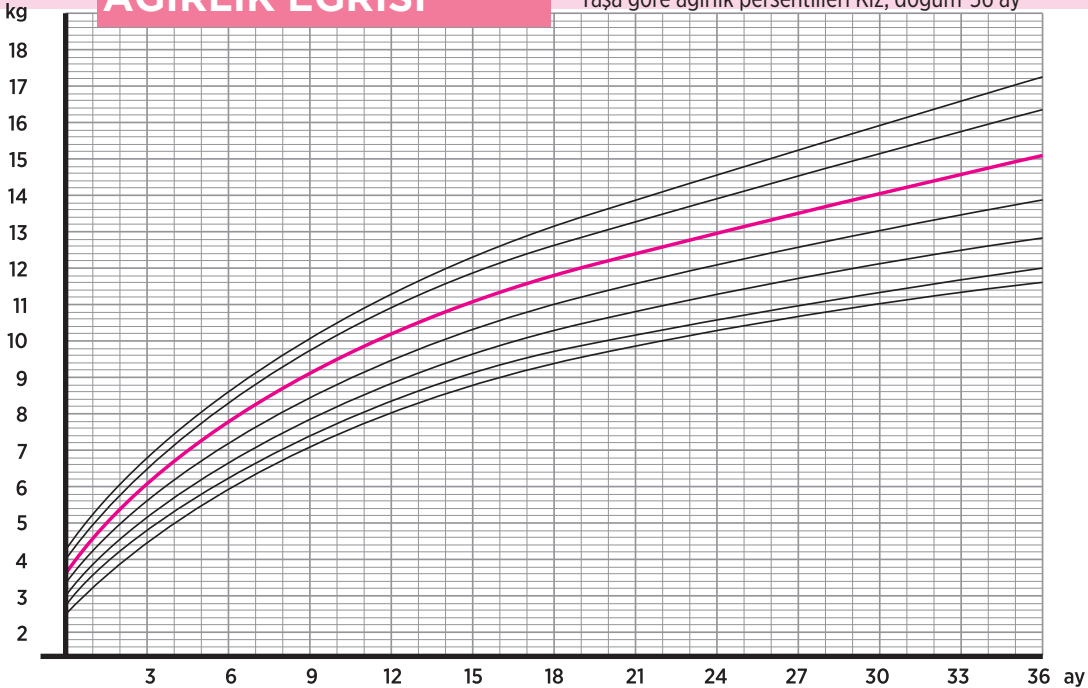
Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

10. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			

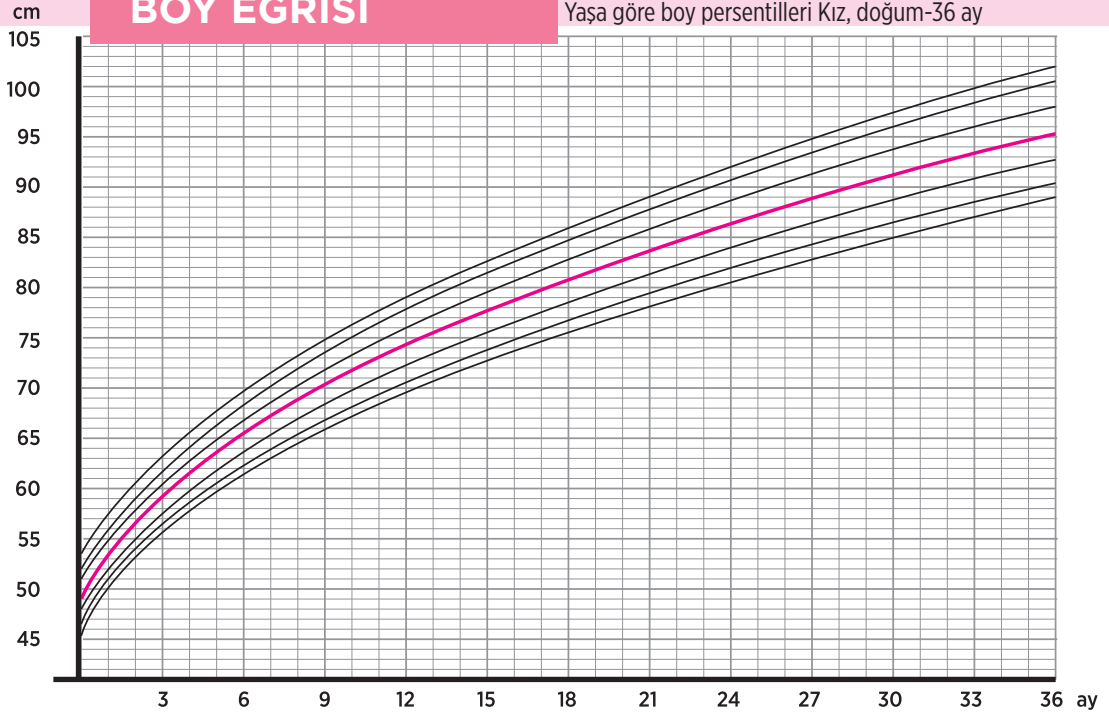
AĞIRLIK EĞRİSİ

Yaşa göre ağırlık persentilleri Kız, doğum-36 ay



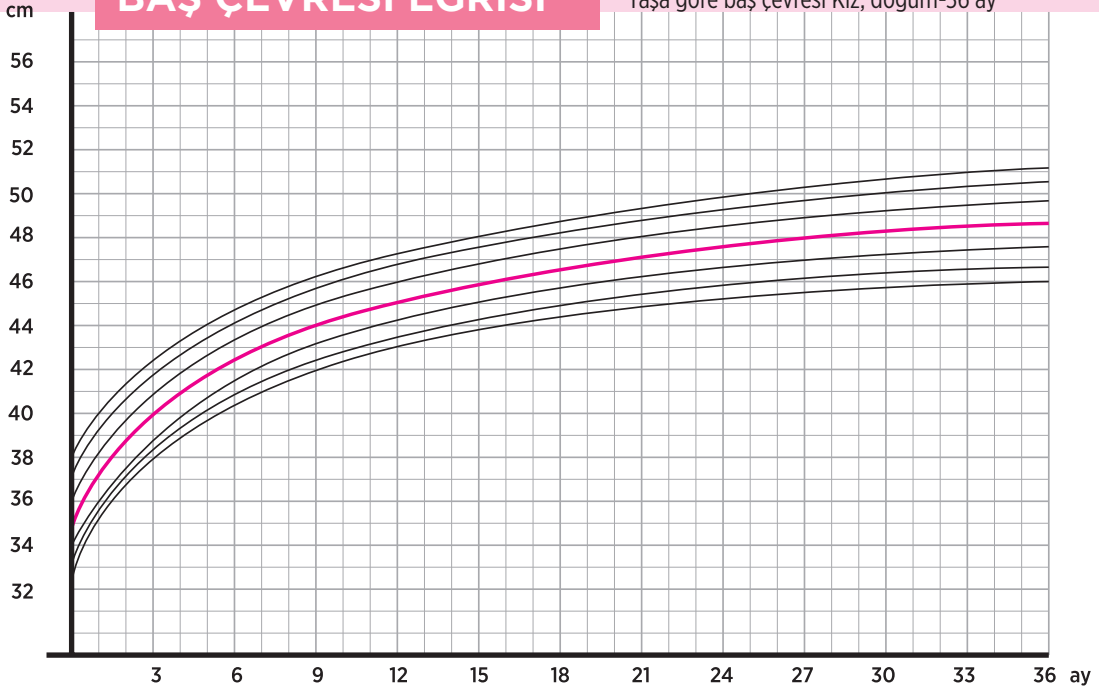
BOY EĞRİSİ

Yaşı göre boy persentilleri Kız, doğum-36 ay



BAŞ ÇEVRESİ EĞRİSİ

Yaşa göre baş çevresi Kız, doğum-36 ay



Önemli Bilgiler

Bebek bakımı:

- Bebekle teması olan kişilerin ellerinin temiz olmasına dikkat ediniz.
- Bebeğe haftada en az 2 kere banyo yaptırınız.
- Bebeği bulaşıcı hastalığı olanlardan uzak tutunuz.
- Bebeğin tırnaklarını düzenli aralıklarla kesiniz.
- Pişik olmaması için bebeğin altını sık sık değiştiriniz.
- Bebeğinizi gelişim kontrolü ve aşıları için ilk 6 ay ayda bir, sonra 2 ayda bir doktora götürünüz.



Emzirme:

- Her sağlıklı annenin bebeğinin büyümesini sağlayacak kadar sütü vardır.
- Alkol ve sigara kullanmayınız.
- Çay, kahve ve asitli içecekleri kısıtlı tüketiniz. Zorla tatlı veya süt içmeyiniz. Normal beslenip bol miktarda sıvı alınız.
- Stress ve yorgunluk sütün miktarını azaltacağından, mümkün olduğunca istirahat ediniz.
- İlk 6 ay bebeğinizi, anne sütü ile besleyiniz çünkü anne sütü bebeğin sindirim sistemine en uygun besindir. 6. aydan sonra uygun ek beslenme ile birlikte emzirmeyi 2 yaş ve ötesine kadar sürdürünüz. 6 aydan sonraki uygun beslenme için doktora danışınız.

Ateş:

- Çocuğunuz size sıcak geliyor ise derece ile ölçümünü yapınız. Alın veya baş kısmından çıplak elle ateş kontrolü yapmayınız.
- Normal vücut sıcaklığı koltuk altından yapılan ölçümlerde 36.5-37.0 °C arasında değişir. Makattan (rektal) yapılan ölçümler koltuk altından yapılan ölçümlere göre 0.5-1.0 °C daha yüksektir. Ateş koltuk altı ısısının 37.5 °C veya makattan yapılan ölçümün 38 °C üzerinde olmasıdır. Kulaktan ateş ölçümü bebeklerde güvenilir değildir.
- Çocuğunuzun üzerindeki fazla giysileri çıkarıp pamuklu giysiler giydiriniz.
- Ateş 38 °C yi geçiyorsa ateş düşürücü verildikten sonra, koltuk altı, kasık bölgesi ve dizinin altına ılık suyla ıslatılmış pamuk koyunuz veya ılık suyla banyo yaptırınız. Enfeksiyonlar sırasında bir miktar ateş vücut için koruyucu bir mekanizmadır.
- Bütün bu tedbirlere rağmen ateş düşürülemiyorsa, çocuk 2 yaşından küçükse, huzursuzsa, dalgın ya da havale geçiriyorsa, zor ve hızlı nefes alıyorsa en yakın sağlık kuruluşuna başvurunuz.

Kusma;

Kusma; ishal, travma, yanlış besleme tekniği, mide rahatsızlıkları ve solunum yolu enfeksiyonu gibi rahatsızlıkların belirtisi olabilir.

- Bebeğiniz kusarken yan yatırmalı, solunum yollarının tıkanmasını engellemelisiniz.
- Kusmadan sonra bebeğinizin el ve yüz temizliğini yapmalısınız.
- Doktorunuza danışmadan kusma önleyici ilaçları kullanmamalısınız.
- Kusan çocuk az az ve sık beslenmeli, zorla yedirilmemelidir.
- Kusma bir hastalık değil hastalık belirtisi olup, kusmanın ortadan kaldırılması yeterli değildir. Kusmaya neden olan hastalığın bulunup tedavi edilmesi gerekir.
- Eğer kusma devam ederse doktorunuza başvurmalsınız.

İshal:

- Bebeğinizin dışkısı normalden daha sulu ise ve günde 4-5 kereden fazla **sulu** kaka yapıyorsa ishal demektir. İshalin diğer belirtileri de ateş, bulantı, kusma, karın ağrısı, iştah azlığı ve kilo kaybıdır.
- Eğer bebek anne sütü alıyorsa, sık sık emzirmeye devam ediniz.
- Eğer bebek 6 ayını geçmiş ve ek beslenmeye başlamış ise, ishal sırasında bol sıvı veriniz.
- Bebeğinizi yemesi için zorlamamalı, sık sık ve az az beslemelisiniz. Bebeğiniz katı gıdalarla beslenmeye geçmişse, pirinç lapası, yoğurt, patates ve muz püresi gibi nişastalı yiyecekler veriniz. Bunun yanında su, ayran ve taze meyveden yapılmış meyve suları içirip sıvı tüketimini artırınız.
- Çok sayıda kusma ve ishal, ateş, dalgınlık durumunda doktorunuza başvurunuz.
- Barsak hareketlerini azaltan ilaçlar ishal mikrobunun kana geçmesine sebep olacağından bu ilaçların kullanımı için doktorunuza danışınız.



Sevgili Anneler

Sevgili Anneler

Bebeğinizi doğumdan sonra, ilk yarım saat ya da bir saat içerisinde emziriniz. İlk günler gelen süt (ağız-kolosturum) besleyici ve koruyucu özelliğe sahiptir. Bebeğiniz mutlaka bu sütü almalıdır.

Sütün gelmesi için bebeğinizin emmesi gerekmektedir. Ne kadar sık emzirirseniz o kadar çok süt salgınız artar. Sütüm yok diye emzirmekten kaçınılmalıdır.

Bebekler ilk 6 ay **sadece anne sütü ile beslenmelidir**. 6. aydan sonra anne sütüne ilave olarak ek gıda başlanmalıdır. **Ek gıda ile beraber 2 yaş ve ötesine kadar emzirmeye devam edilmelidir**.

Bebekler arama ve emme refleksi nedeni ile ilk 3 ay doymayı bilmezler, sürekli aranır. Bu nedenle doymuyor diye erkenden yapay besin veya ek gıda başlanmamalıdır. Erkenden ek

gıda başlanması anne sütünün bırakılmasına veya anne sütünün azalmasına yol açabilir.

Bebeğinizin ilk 3 ay ortalama ayda 1000 gram alması normaldir (en az 700 gram, en fazla 1200 gram).

Göbek kordonu düşmeden bebek yıkanmamalıdır. Göbek bağı düştükten 1-2 gün sonra yıkama banyosu yapılmalıdır.

Bebeklerin çoğunda kolik dediğimiz gaz sancısı olur. Anneleri endişeye sokan bu durum çoğunlukla 5. ayın sonunda düzelmektedir.

Bebeklerde D vitamini ve demir düzeyi düşük olduğu için dışarıdan 15.gününde D vitamini 4. ayında ise demir desteği başlanmalıdır.

Yenidoğanlar ilk günlerde kakasını koyu (kına renginde) yapışkan kıvamda yaparlar (mekonyum). Sonraki süreçte anne sütü alan bebekler ilk ay

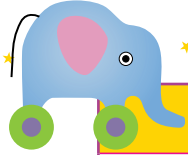
sarı, sulu ve çok sayıda kaka yaparlar. Bu durum ishal olarak değerlendirilmemelidir.

Doğumdan sonra yenidoğana ilk 1 hafta içerisinde işitme testi yaptırılmalıdır. Doktor muayenesine göre gereken durumlarda 2. ayda kalça ultrasonu çekilmeli, 3. ayda göz muayenesi yaptırılmalıdır.

Sağlık Bakanlığının uyguladığı zorunlu aşılar mutlaka yaptırılmalıdır. Diğer özel aşılar ile ilgili çocuk hekiminden bilgi alınmalıdır.

Çocuklar gelişim tablosundaki ağırlık ve boy ölçülerine göre değerlendirilir. Kilo ve boyu normal sınırlarda olan çocuklara iştahsız diyerek iştah açıcı ilaçlar, vitamin vb de olsa verilmemelidir. Bu konuda mutlaka hekimin önerisine uyulmalıdır.

Bebeğinize sevenleriyle birlikte sağlıklı ve mutlu bir yaşam dileriz.



Çocukluk Dönemi Aşılamaya Takvimi

	Doğumda	1. Ayın Sonu	2. Ayın Sonu	4. Ayın Sonu	6. Ayın Sonu	12. Ay
Hep-B	.../.../202...	.../.../202...	💉	💉	.../.../202...	💉
BCG	💉	💉	.../.../202...	💉	💉	💉
DaBT-İPA-Hib	💉	💉	.../.../202...	.../.../202...	.../.../202...	💉
KPA	💉	💉	.../.../202...	.../.../202...	.../.../202...	.../.../202...
KKK	💉	💉	💉	💉	💉	.../.../202...
OPA	💉	💉	💉	💉	.../.../202...	💉
Td	💉	💉	💉	💉	💉	💉
Hep-A	💉	💉	💉	💉	💉	💉
Su Çiçeği	💉	💉	💉	💉	💉	💉
Rota Virüsü	💉	💉	.../.../202...	.../.../202...	💉	💉



	13. Ay	18. Ay	24. Ay	İlkokul 1. Sınıf	İlkokul 8. Sınıf	Aşı Randevu Tarihleri
Hep-B						/..../202...
BCG						/..../202...
DaBT-İPA-Hib		/..../202...				/..../202...
KPA						/..../202...
KKK				/..../202...		/..../202...
OPA		/..../202...		/..../202...		/..../202...
Td				/..../202...	/..../202...	/..../202...
Hep-A		/..../202...	/..../202...			/..../202...
Su Çiçeği	/..../202...					/..../202...
N. Menengitidis						/..../202...



BEBEĞİN

Adı Soyadı			
Anne Adı		Baba Adı	
Doğum Doktoru		Bebek Doktoru	
Doğduğu Hastane	 DAVRAZ YAŞAM HASTANESİ		
Doğum Tarihi	 / / 202.....	Doğum Saati	
Doğum Şekli		Gestasyonel Haf.	
Doğum Baş Çevresi	 cm	Doğum Ağırlığı	 gr
Doğum Boyu	 cm	Apgar	
Kan Grubu		Anne Kan Grubu	
Doğum Sonrası Yapılan Taramalar			
1. Topuk Kanı (Tarih)	 / / 202.....	Kalça USG (2. Ay)	
2. Topuk Kanı (Tarih)	 / / 202.....	Göz Muayenesi (3. Ay)	
İşitme Testi (Tarih)	 / / 202.....		

AŞI TAKVİMİ

Doğum	Hepatit B (HB)-1
1. Ay	Hepatit B (HB)-2
2. Ay	BCG, Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Pnömonokok-1, Rotavirüs-1
4. Ay	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Pnömonokok-2, Rotavirüs-2
6. Ay	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Oral Polio, Pnömonokok-3, Hepatit B (HB)-3
12. Ay	Kızamık - Kızamıkçık - Kabakulak (MMR)-1, Pnömonokok-4
13. Ay	Su Çiçeği-1
18. Ay	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Oral Polio, Hepatit A-1
24. Ay	Hepatit A-2
4-6 Yaş	Difteri - Tetanos - Boğmaca (Dtap), Çocuk Felci (OPV veya IPV), Hemofilus Influenza (HIB), Kızamık - Kızamıkçık - Kabakulak (MMR)-2, Su Çiçeği-2
11-12 Yaş	Difteri - Tetanos - HPV Virüs (Kız Çocuklarına 0., 2. ve 6. ayda) 3 Doz

2. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
İşitme Testi			
(OAE)			

3. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

4. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Prematürelerde			
FE Desteği			
Aşı			
Kalça USG			
Scrotum Muayenesi			

5. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

6. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
FE Desteği			
Aşı			

7. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

8. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Ek Besinler			
Vitamin			
Aşı			

9. MUAYENE

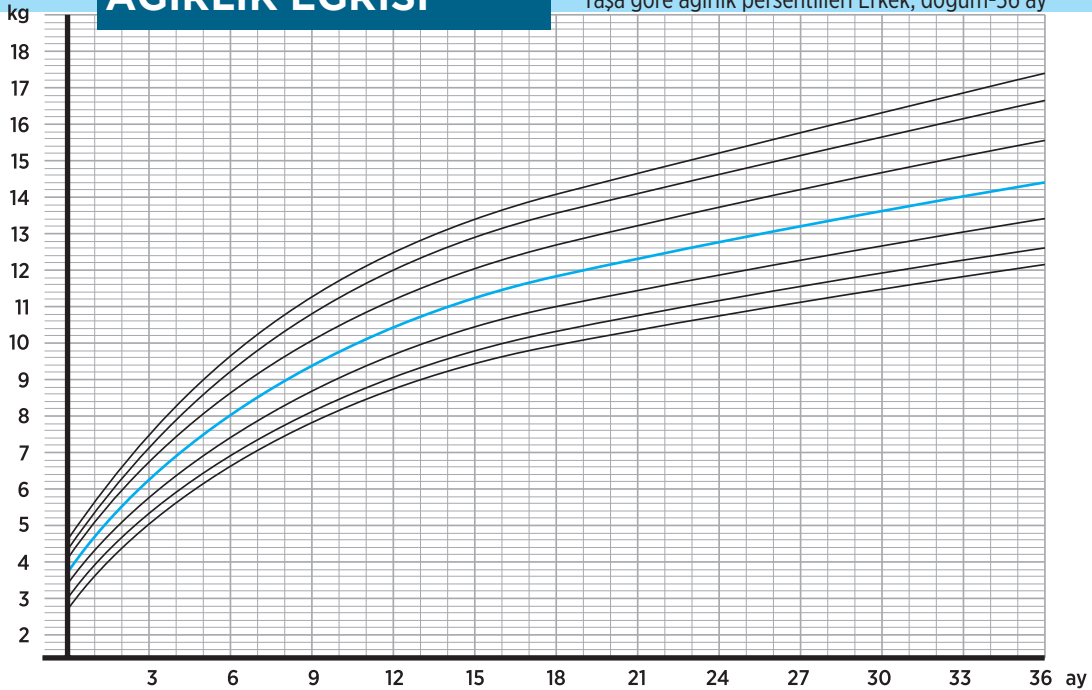
Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			
Vitamin			
Aşı			

10. MUAYENE

Muayene Tarihi	 / / 202.....	Ağırlık (gr)	
		Boy (cm)	
		Baş Çevresi (cm)	
Muayene Bulgusu			
Beslenme			

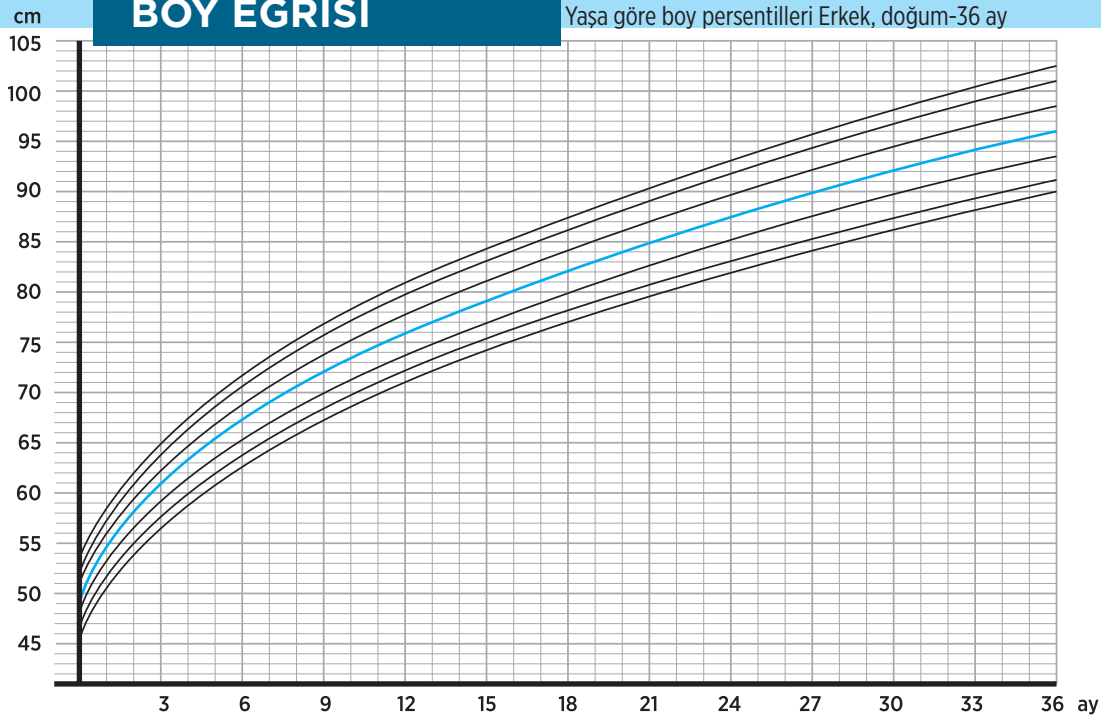
AĞIRLIK EĞRİSİ

Yaşa göre ağırlık persentilleri Erkek, doğum-36 ay



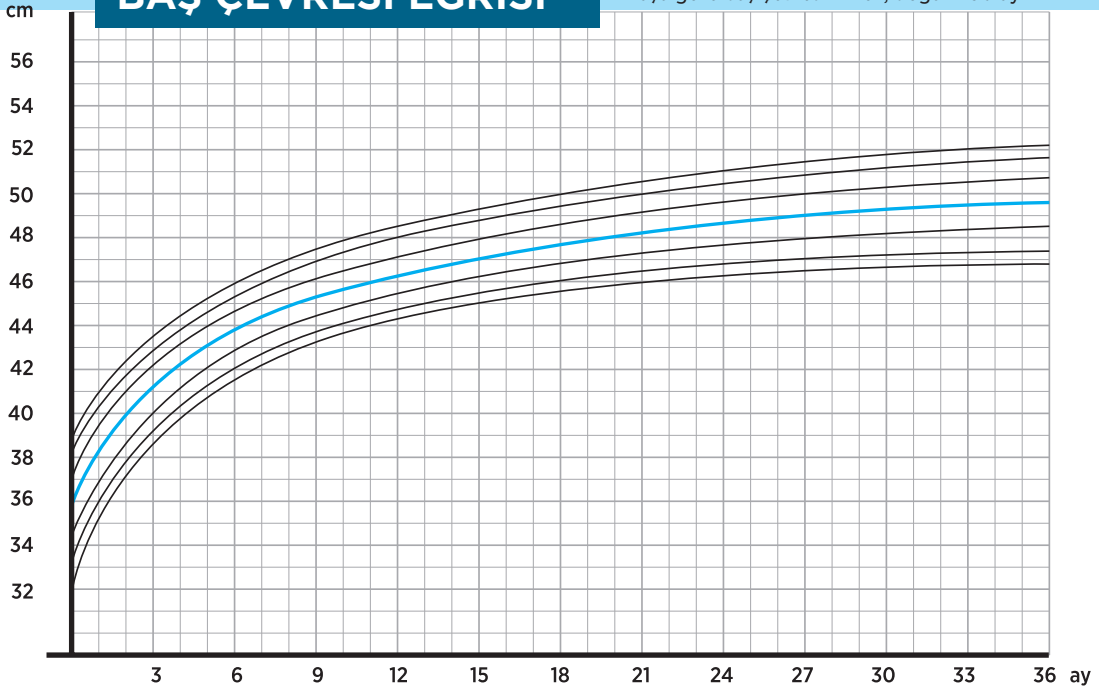
BOY EĞRİSİ

Yaşa göre boy persentilleri Erkek, doğum-36 ay



BAŞ ÇEVRESİ EĞRİSİ

Yaşa göre baş çevresi Erkek, doğum-36 ay



Önemli Bilgiler

Bebek bakımı:

- Bebekle teması olan kişilerin ellerinin temiz olmasına dikkat ediniz.
- Bebeğe haftada en az 2 kere banyo yaptırınız.
- Bebeği bulaşıcı hastalığı olanlardan uzak tutunuz.
- Bebeğin tırnaklarını düzenli aralıklarla kesiniz.
- Pişik olmaması için bebeğin altını sık sık değiştiriniz.
- Bebeğinizi gelişim kontrolü ve aşıları için ilk 6 ay ayda bir, sonra 2 ayda bir doktora götürünüz.



Emzirme:

- Her sağlıklı annenin bebeğinin büyümesini sağlayacak kadar sütü vardır.
- Alkol ve sigara kullanmayınız.
- Çay, kahve ve asitli içecekleri kısıtlı tüketiniz. Zorla tatlı veya süt içmeyiniz. Normal beslenip bol miktarda sıvı alınız.
- Stress ve yorgunluk sütün miktarını azaltacağından, mümkün olduğunca istirahat ediniz.
- İlk 6 ay bebeğinizi, anne sütü ile besleyiniz çünkü anne sütü bebeğin sindirim sistemine en uygun besindir. 6. aydan sonra uygun ek beslenme ile birlikte emzirmeyi 2 yaş ve ötesine kadar sürdürünüz. 6 aydan sonraki uygun beslenme için doktora danışınız.

Ateş:

- Çocuğunuz size sıcak geliyor ise derece ile ölçümünü yapınız. Alın veya baş kısmından çıplak elle ateş kontrolü yapmayınız.
- Normal vücut sıcaklığı koltuk altından yapılan ölçümlerde 36.5-37.0 °C arasında değişir. Makattan (rektal) yapılan ölçümler koltuk altından yapılan ölçümlere göre 0.5-1.0 °C daha yüksektir. Ateş koltuk altı ısısının 37.5 °C veya makattan yapılan ölçümün 38 °C üzerinde olmasıdır. Kulaktan ateş ölçümü bebeklerde güvenilir değildir.
- Çocuğunuzun üzerindeki fazla giysileri çıkarıp pamuklu giysiler giydiriniz.
- Ateş 38 °C yi geçiyorsa ateş düşürücü verildikten sonra, koltuk altı, kasık bölgesi ve dizinin altına ılık suyla ıslatılmış pamuk koyunuz veya ılık suyla banyo yaptırınız. Enfeksiyonlar sırasında bir miktar ateş vücut için koruyucu bir mekanizmadır.
- Bütün bu tedbirlere rağmen ateş düşürülemiyorsa, çocuk 2 yaşından küçükse, huzursuzsa, dalgın ya da havale geçiriyorsa, zor ve hızlı nefes alıyorsa en yakın sağlık kuruluşuna başvurunuz.

Kusma;

Kusma; ishal, travma, yanlış besleme tekniği, mide rahatsızlıkları ve solunum yolu enfeksiyonu gibi rahatsızlıkların belirtisi olabilir.

- Bebeğiniz kusarken yan yatırmalı, solunum yollarının tıkanmasını engellemelisiniz.
- Kusmadan sonra bebeğinizin el ve yüz temizliğini yapmalısınız.
- Doktorunuza danışmadan kusma önleyici ilaçları kullanmamalısınız.
- Kusan çocuk az az ve sık beslenmeli, zorla yedirilmemelidir.
- Kusma bir hastalık değil hastalık belirtisi olup, kusmanın ortadan kaldırılması yeterli değildir. Kusmaya neden olan hastalığın bulunup tedavi edilmesi gerekir.
- Eğer kusma devam ederse doktorunuza başvurmalısınız.

İshal:

- Bebeğinizin dışkısı normalden daha sulu ise ve günde 4-5 kereden fazla **sulu** kaka yapıyorsa ishal demektir. İshalin diğer belirtileri de ateş, bulantı, kusma, karın ağrısı, iştah azlığı ve kilo kaybıdır.
- Eğer bebek anne sütü alıyorsa, sık sık emzirmeye devam ediniz.
- Eğer bebek 6 ayını geçmiş ve ek beslenmeye başlamış ise, ishal sırasında bol sıvı veriniz.
- Bebeğinizi yemesi için zorlamamalı, sık sık ve az az beslemelisiniz. Bebeğiniz katı gıdalarla beslenmeye geçmişse, pirinç lapası, yoğurt, patates ve muz püresi gibi nişastalı yiyecekler veriniz. Bunun yanında su, ayran ve taze meyveden yapılmış meyve suları içirip sıvı tüketimini artırınız.
- Çok sayıda kusma ve ishal, ateş, dalgınlık durumunda doktorunuza başvurunuz.
- Barsak hareketlerini azaltan ilaçlar ishal mikrobunun kana geçmesine sebep olacağından bu ilaçların kullanımı için doktorunuza danışınız.

