

FEYÈ ENFÒMASYON POU PARAN TIBEBE KI GEN LAJ 1 MWA

VAKSEN:

- * Yo pa bay tibebe vaksen regilye lè yo gen laj yon mwa.
- * Si tibebe ou pat pran vaksen Epatit B nan lopital la, nou dwe ba li vaksen an pandan premye mwa lavi li.
- * Nou ankouraje anpil pou manm fanmi k ap viv ak timoun piti pran vaksen pou grip sezon ak pou koklich. Tanpri kontakte doktè prensipal ou.

DEVLÒPMAN ak KONSÈY SOU KI JAN POU JWE WÒL PARAN:

Pale/langaj:

- * Tibebe ap reyaji lè yo tande bri.
- * Nan pwochen semèn k ap vini yo, tibebe yo ap aprann vwa moun ki abitye avèk yo epi y ap kòmanse souri.

Kapasite fizik:

- * Tibebe yo ap kòmanse kenbe tèt yo yon tikras pandan yon ti tan kout.

Sosyal/jwe:

- * Tibebe renmen figi moun! Nan laj sa a, tibebe yo kapab wè figi ou byen si ou apeprè 6 a 12 pous avèk yo.
- * Tibebe yo ap kòmanse konsantre sou figi moun, limyè ak lòt bagay.
- * Tibebe yo prefere jwèt ki gen desen nwa ak blan ladan yo paske tibebe kapab wè yo pi byen.
- * Tibebe yo renmen moun pale avèk yo, yo renmen moun kenbe yo, kajole yo epi gade yo fasafas. Li enpòtan anpil pou atire tibebe ou nan fason sa a.

Konpòtman:

- * Tibebe yo ap dòmi anpil! Pifò tibebe yo ap dòmi pi plis lajounen epi yo reveye pi plis lannuit – se nòmal epi sa ap chaje tikras-pa-tikras tank tibebe a ap pi gran.
- * Mete pitit ou nan kabann li anvan dòmi pran li pou ou ka ankouraje bon abitud pou dòmi.
- * Tibebe kapab gen moman kote yo akaryat/kriye. Lè tibebe ou la pral gen 2 mwa, sa kapab fèt pi plis. Si ou pale, karese, manyen yo dousman, epi bèse tibebe yo, sa kapab rekonfòte tibebe ou.
- * Pa janm souke tibebe ou.
- * Tibebe ka twouve si yo souse yon pwen, yon men, yon dwèt oswa yon sison, sa kalme yo.

- * Tibebe dwe toujou dòmi sou do yo. Sa redui risk ki genyen pou SIDS (Sendwòm Lanmò Sibit Timoun oswa lanmò nan bèso).

Konsèy sou kijan pou jwe wòl paran:

- * Eseye dòmi lè tibebe a ap dòmi.
- * Kite fanmi ak zanmi ede ou.
- * Rele doktè pitit ou oswa doktè pa ou si ou santi ou tris oswa si ou gen twòp pou ou pandan plis pase dezoutwa jou.

KIJAN POU BAY TIBEBE MANJE:

- * Tibebe yo ap bezwen lèt manman oswa lèt nan bwat ki gen fè ladan jiskaske yo gen laj ennan (1 an). Pa ba yo dlo amwenske doktè ou rekòmande sa. Ou pa dwe ba yo ji ak te.
- * Pa kite yon bibwon ki apiye nan bouch tibebe a san pa gen yon moun k ap siveye li. Sa ka lakòz timoun nan trangle oswa manje twòp.
- * Pa mete bibwon ki gen lèt manman oswa lèt nan bwat nan mikwo-onn.
- * Vide kèk gout lèt sou ponyèt ou pou ou ka verifye tanperati lèt manman an oswa tanperati lèt nan bwat la.
- * Lè w ap prepare lèt nan bwat la, toujou suiv espplikasyon ki sou pake a.
- * Pa bay tibebe ou la siwo myèl pandan premye ane lavi li. Siwo myèl ka bay botilis.
- * Ou kapab konnen si tibebe a a manje ase si li mouye 6 a 8 kouchèt pa jou epi si li pran pwa byen.
- * Tibebe manman bay tete dwe pran vitavin D anplis pou anpeche yo rachitik (gen zo fèb ak lòt pwoblèm). Tibebe ki pran lèt nan bwat bezwen vitamin D anplis tou si yo pap pran omwen 30 ons lèt nan bwat chak jou. Doktè ou dwe preskri ou li oswa li dwe di ou ki pwodui pou achte, òdinèman pandan premye mwa a.

IJYÈN:

- * Itilize dlo nòmal avèk oswa san yon savon/chanpou lejè pou benyen tibebe a.
- * Kenbe zong yo kout. Pafwa tibebe grate figi yo ak zong yo. Itilize lim oswa koupzong pou koupe zong ki file yo.
- * Tibebe ki fenk fèt pa bezwen mete twòp bagay pou vlope yo. Òdinèman, yon kouch rad anplis pase sa adilt yo mete ap bon. Anpil tibebe ki fenk fèt renmen vlope nan yon lenn fen, yo rele li “kouvèti prefere”.

KIJAN POU PRAN SWEN KOUCHÈT TIBEBE:

- * Tibebe manman bay tete fè pou pou ki jòn, mou epi li tankou li gen grenn ladan.
- * Tibebe ki pran lèt nan bwat fè pou pou ki pi solid epi ki yon tijan vèt.
- * Byen souvan, tibebe tire epi yo sanble yo pa alèz lè y ap fè pou pou. Se yon bagay ki nòmal.
- * Konstipasyon vle di pou pou a di anpil epi li difisil pou pase.
- * Desitin, Balmex, A+D Ointment, eksetera itil pou chofi kouchèt tibebe bay. Pa itilize poud.

KESYON SEKIRITE:

- * Pa janm kite tibebe san pa gen moun k ap siveye yo oswa poukont yo sou yon kabann, sofa, sou tab pou abiye yo oswa pandan y ap benyen.
- * Tibebe ou la ap kapab vire nan yon ti tan ankò. Ou pa vle pou se lè ou tande yon gwo bri atè a, ou konnen tibebe ou la te aprann vire.
- * Tibebe yo dwe dòmi sou do yo pou redui risk ki genyen pou SIDS, oswa toufe (lanmò nan bèso). Tibebe yo dwe dòmi nan pwòp bèso pa yo oswa nan basinèt.
- * Tibebe dwe dòmi sou yon kote ki fèm. Evite kabann ki mou, nounous, zorye oswa nenpòt objè mou kote tibebe ki fenk fèt la ap dòmi.
- * Pa janm souke tibebe ou.
- * Toujou itilize yon chèz pou sekirite nan machin. Tibebe ak timoun piti dwe chita devan-dèyè nan machin jiskaske yo gen laj 2 an. Mitan chèz dèyè a se kote ki gen plis sekirite. Tibebe ak timoun piti dwe TOUJOU chita nan chèz dèyè a.
- * Kenbe tibebe yo lwen limyè solèy; itilize rad ki bay yo pwoteksyon oswa rete nan lonbraj avèk yo.
- * Mete tanperati aparèy pou chofe dlo a sou 120 degre F oswa mwens.
- * Itilize yon bèso ki gen ba, ki gen yon espas 2 3/8 pous oswa mwens ki separe yo.
- * Chèche konnen si lakay ou gen penti ki gen plon ladan oswa si gen danje pou ekspeze ak plon. Si ou lwe yon apatman, mètkay la dwe konnen epi lalwa egzije li pou li devilge enfòmasyon sa a. Mande doktè pitit ou oswa enfimyè a, si ou gen kesyon sou sa.
- * Pa fimen nan kay la! Nou ankouraje anpil pou paran ki fimen yo kite fimen. Menm lafimen ki sou rad ou, nan cheve ou, epi nan souf ou kapab afekte pitit ou. Mande nou enfòmasyon sou kijan pou sispann fimen.

- * Ou dwe sèten alam pou dife ak alam pou monoksid kabòn yo ap fonksyone.
- * Nou rekòmande fòmasyon nan CPR.

ESPLIKASYON ESPESYAL:

- * Telefone imedyatman si lè ou pran tanperati tibebe ou nan dèyè, tanperati a 100.4 oswa pi wo.

PWOCHEN VIZIT: Laj 2 mwa pou yon konsiltasyon/egzamen fizik epi, si li nesesè, pou lòt pwoblèm, maladi, ak blesi.

Sonje ekri kesyon yo epi pote lis la avèk ou!

ÈSKE OU VLE PLIS ENFÒMASYON?

Entènèt la ka yon sous ekselan pou enfòmasyon sou sante ak devlopman timoun. Ou dwe chèche konnen si sitwèb ou vizite yo gen bon repitasyon! Si ou gen kesyon, tanpri mande nou.

Èske ou bezwen èd pou bay tibebe tete?

Ale rankontre yon konsiltan nan zafè laktasyon ansanm ak lòt manman k ap bay tibebe tete nan Pwogram Cambridge Health Alliance Breastfeeding Support Drop-in la, ki nan 8 Camelia Avenue nan ale pou rantre nan Lopital Cambridge la. Madi ak jedi depi 10AM jiska 12PM. Li pa nesesè pou ou gen randevou!

W ap jwenn plis enfòmasyon nan sous sa yo:

Zipmilk.org

www.zipmilk.org

Massachusetts WIC Nutrition Program

(800) 942-1007

La Leche League

(800) LA LECHE

Nursing Mothers' Council

(617) 244-5102

Massachusetts Breastfeeding Coalition

www.massbfc.org

International Lactation Consultant Association

www.ilca.org

National Women's Health Information Center

(800) 994-9662

Tcheke enfòmasyon American Academy of Pediatrics bay pou paran yo konsènan *Bright Futures* (Avni Briyan) nan:

<http://brightfutures.aap.org/pdfs/Visit%20Forms%20by%20Age%20110/1%20Month/A.Inf.PH.1month.pdf>

Tcheke enfòmasyon American Academy of Pediatrics bay pou paran yo konsènan *Healthy Children* (Timoun an sante) nan:

www.healthychildren.org

Jwenn plis enfòmasyon ak zouti sou sit entènèt Resous Paran CHA:

<http://www.challiance.org/Services/PediatricsResourcesforParents.aspx>

Konekte avèk nou nan Facebook:

<https://www.facebook.com/CHAPediatrics>

Revize nan mwa janvye 2014