

Препоруке родитељима деце у 2. месецу

ПЕРИОД УСПОСТАВЉАЊА РУТИНЕ
И УСКЛАЂИВАЊА



ПРВИХ
1000
ДАНА

ЗА ЦЕО ЖИВОТ



Република Србија
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА



Република Србија
МИНИСТАРСТВО ПРОСВЕТЕ, НАУКЕ
И ТЕХНОЛОШКОГ РАЗВОЈА



Република Србија
МИНИСТАРСТВО ЗА РАД, ЗАПОШЉАВАЊЕ,
БОРАЧКА И СОЦИЈАЛНА ПИТАЊА

unicef 

Драги родитељи,

Припремили смо за вас најважније савете за развој вашег детета, а наводимо и основне способности и вештине за које се очекује да их дете стекне у овом узрасту.

Одвојте одређено време које ћете посветити сваком члану породице понаособ. Одржавајте контакт са породицом и пријатељима.

Нађите начин како ће и остала ваша деца (безбедно) да вам помажу око бебе, нпр. да је држе за ручицу или да донесу неку ситницу која вам је потребна.

Ваша запажања:

ЗДРАВЉЕ

Водите рачуна о свом здрављу. Поред разноврсне исхране, важно је довољно спавате, да вежбате и да обављате неопходне здравствене прегледе код лекара и стоматолога.

Не пропуштајте превентивне прегледе код педијатра или вакцинацију. У другом месецу живота прима се вакцина против заразне жутице (хепатитис Б). Са пуна два месеца планирајте следећи превентивни преглед и вакцинацију против тешких болести (дечје парализе, дифтерије, великог кашља, тетануса, бактерије *Хемофилус инфлуенце* типа Б и пнеумококних болести – упале плућа, ува, мозга и сепсе).



ИСХРАНА

Наставите да дојите дете када показује да је гладно: отвара и затвара уста, мљацка устима, ставља руке у уста, сиса прсте, узнемирено се врпољи и привија се уз вас, а на крају и заплаче.

Наставите да дајете детету препоручене витамине – 400 и.ј. витамина Д3, а у прва три месеца живота и 0,25 mg витамина К1 (ако је то препоручио педијатар).

Подстичите дете да подригне током пауза у дојењу.

Ако је одојче после подоја сито, а ви и даље у дојкама имате млека, измлазајте се и то млеко сачувајте за каснију употребу (24 сата у фрижидеру, 3 месеца у замрзивачу).

НЕГА И ПОДРШКА РАЗВОЈУ

Одржавајте свакодневну рутину:
храњење, купање, спавање и игра.

КАКО РОДИТЕЉИ ПОДРЖАВАЈУ РАЗВОЈ ДЕТЕТА	СПОСОБНОСТИ И ВЕШТИНЕ КОЈЕ ДЕТЕ СТИЧЕ
<p>Носите дете у рукама, љуљушкајте га, певушите му, причајте, тепајте и често се играјте с њим; обратите пажњу на то шта му прија и шта га смирује.</p> <p>Помозите детету да научи да се смири нпр. да сиса прстиће или своју шаку.</p> <p>Причајте детету изговарајући речи разговетно и полако.</p> <p>Када дете производи неки звук, мимиком и гласом покажите узбуђење и поновите тај звук.</p> <p>Понудите детету различите ствари које може да гледа, додирује и држи у руци.</p> <p>Када дете лежи на леђима, држите играчку или звечку изнад његове главе, у нивоу очију, и подстичите га да досегне за њом.</p> <p>Када је дете будно, поставите га на стомачић, а неку играчку јасних боја ставите испред детета и померајте је на једну и на другу страну.</p>	<p>Производи различите звуке када је срећно, узнемирено или гладно.</p> <p>Може накратко и само да се смири (сиса ручицу или прст).</p> <p>Окреће главу према извору звука.</p> <p>Показује да слуша када се загледа у родитеља који говори, успорава покрете, укључује се у игру.</p> <p>Гуче, оглашава се.</p> <p>Прати очима кретање ствари и људи.</p> <p>Показује досаду или заплаче ако се активност не промени.</p> <p>Повремено држи шаке отворене.</p> <p>Воли да посматра своје руке како се покрећу, приноси их устима.</p> <p>Окреће главу на једну, па на другу страну.</p> <p>Прави fine покрете рукама и ногама. У положају на стомаку ослања се подлактицама на подлогу и одупире се, одижући главицу.</p>

БЕЗБЕДНО ОКРУЖЕЊЕ И ПОСТУПАЊЕ

Нека ваша кућа и аутомобил буду простор без дуванског дима. Пластичне кесе, балоне и мале предмете (мање од 2,5 cm) држите ван домашаја детета.

У возилима користите специјално сигурносно седиште, које треба да се налази на задњем седишту аутомобила.



ЗНАЦИ УПОЗОРЕЊА

Све што вас брине у вези са развојем детета поделите са педијатром. Обавестите га ако приметите да дете:

- не реагује на гласне звуке,
- не прати ствари које се померају,
- не приноси руке устима,
- не може да одигне главу од подлоге када лежи на стомаку.

сваки
шпенцијал
је важан!

unicef 

Брошура је израђена у сарадњи са Удружењем педијатара Србије.