



## Molimo ne tresite!

Vaša beba plače i plače. Pokušali ste je smiriti. Najradje bi ste je tresli da bi ste već jednom imali mira. Nikada to ne činite, jer time bebu dovodite u životnu opasnost.

# Molimo ne tresite!

Bebe plaču i kada su zdrave. To je za premorene i preopterećene roditelje obično teško podnijeti. Međutim, beba ne plače da bi naljutila svoje roditelje, nego zato što ima razloga za to. Beba još uvijek nije u stanju da Vam sama kaže šta joj nedostaje.

Najvažnije pravilo je, neovisno od toga koliko beba plače: Nikada ne smijete izgubiti samokontrolu i ni u kom slučaju **ne tresite vašu bebu.**

Beba ne može držati svoju prilično tešku glavu sopstvenom snagom mišića. Čak i sami brzi pokreti bez pridržavanja glave ili najmanje tresenje može biti opasno. Povrijedljivi mali mozak se može pomjeriti prilikom tresenja tamo-ovamo. U tom slučaju, krvni sudovi mozga mogu puknuti i izazvati krvarenje u mozgu.



---

Tresenje može izazvati trajne posljedice, čak i smrt.

Ukoliko se dogodi takva nesreća, odmah potražite najbližu dječiju kliniku!

## Smirite se.



Kada primijetite, da gubite strpljenje, otidite na kraće vrijeme u neku drugu prostoriju. Pokušajte se distancirati da bi ste se sabrali. Beba će vjerovatno i dalje plakati, ali joj to na kratko neće škoditi.

- *Smireno udahnite i izdahnite.*
- *Ponekad pomogne telefonski razgovor sa nekom prisnom osobom.*
- *Pitajte za pomoć.*

### Da li ste znali ...

... da zdrava novorođenčad plaču u prosjeku dva do tri sata dnevno? Otprilike 40 procenata novorođenčadi u prva tri mjeseca svog rođenja plaču, posebno u večernjim satima, između 16 i 23 sata.

## Šta može pomoći ...

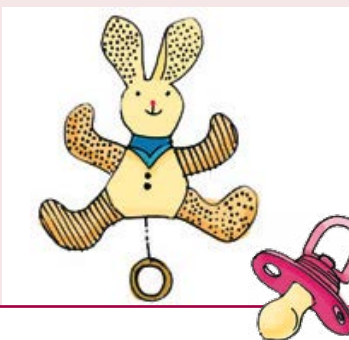
Pokušajte mirno i sa strpljenjem, korak po korak, pronaći šta vašoj bebi nedostaje. Pokušajte da stvorite mirnu atmosferu: Vaša beba će se ugodnije osjećati bez uključenog televizora i muzike.



***Želim suhu guzu!  
Provjeri moje pelene.***



***Ljuljanje je lijepo!  
Uzmi me i drži me  
u naručju. Lagana  
šetnja mi isto godi.***



***Gdje je moja duda/  
cucila ili moja muzička  
igračka?***



*Razgovaraj smireno sa mnom – pjevaj ili šapuci mi na uho.*



*Glad ili žeđ? Sjedi ili leži kraj mene. Podoji me ili mi daj flašicu.*



*Masiraj nježno moj stomak ili leđa. Takođe me može umiriti topla kupka.*



*Hajdemo u šetnju. To često pomaže oboma: Roditeljima i bebama.*

# Pomoć

Plače li vaša beba duže ili glasnije nego inače? Odaje li utisak da je bolesna ili Vam plač izaziva strah? Jeste li na rubu snage? Plašite li se da bi neko u vašoj okolini mogao iz bijesa da trese vašu bebu? Onda u svakom slučaju potražite pomoć.

## Obratite se na primjer:

- Vašoj dječijoj liječnici ili liječniku
- Vašoj babici ili Centrali babica na, Tel. (030) 214 27 71
- Medicinskoj prvoj pomoći za djecu - KV Berlin, Tel. (030) 31 00 31
- Jednoj od klinika za djecu i omladinu
- Hotline u Berlinu za zaštitu djece, Tel. (030) 61 00 66
- Dječijim- i omladinskim službama Berlinskih opština

Specijalizirana savjetovališta za bebe koje plaču, naći ćete na Internet stranicama:

- [www.schreibabyambulanz.info/standorte.htm](http://www.schreibabyambulanz.info/standorte.htm)