# YENİDOĞAN BİLGİLENDİRME NOTU

## BESLENME

Bebek için en iyi besin anne sütüdür. Bol sıvı alınması, dengeli beslenme ve iyi dinlenme ile anne sütü artar. Bebek, her istendiğinde, en geç 2–3 saatte bir mutlaka 10-30 dakika emzirilmelidir. Bebeğiniz her 2–3 emme hareketinde bir yutma hareketi yapıyor, kilo alıyorsa, günde 6-8 kez çişini yapıyorsa, sizde göğüslerinizin boşaldığını hissediyorsanız doyduğunu düşünebilirsiniz. Emzirirken bebek memenin sadece ucunu tutmamalı, kahverengi kısmını da kavramalıdır. Bir meme tamamen bitmeden diğer memeye geçilmemeli, sütün en son gelen yağlı kısmını da almalı, bir sonraki emzirmeye diğer memeden başlanmalıdır.

Bebek beslendikten sonra hemen yatırılmamalı, önce gazı çıkarılmalıdır. Bebeğinizin başında onu izliyor iseniz yan, sırt üstü ya da yüzükoyun yatırabilirsiniz. Bebeğinizi görmüyor iseniz, hafif yan yatırıp sırtına destek koyunuz.

## GÖBEK BAKIMI ve BANYO

Bebeğin bezi, göbek bağının üzerinde kalacak şekilde bağlanmalıdır. Göbek bakımı için özellikle önerilmedikçe sıvı, toz ya da krem şeklinde herhangi bir ilaç kullanılmamalıdır. Göbeğin kuru kalması yeterlidir.

Göbeğin düşmesini takip eden 1–2 gün içinde hafif, et suyu tarzında sızıntı olabilir. Bariz bir kanama görürseniz doktorunuza başvurunuz.

Göbeğin düşmesine yakın etrafında hafif bir kızarıklık olabilir. Göbek çevresinde yaygın bir kızarıklık varsa, sarı-yeşil bir akıntı görürseniz veya göbek kötü kokuyorsa doktorunuza başvurunuz.

Bebeğinizin göbeği 5–15 gün içinde düşmelidir.

Göbek düştükten sonraki gün bebeğinize banyo yaptırabilirsiniz. Banyo suyu sıcaklığı 36–37°C olmalıdır.

## DIŞKI ÖZELLİKLERİ

Normalde yeni doğan bir bebek ilk 48 saat içinde kakasını yapar. İlk çıkan kaka siyah-yeşil renkli ve yapışkan bir kakadır. İlk hafta giderek sulu yeşil bir hal alır. Geçiş kakası olarak adlandırılan bu kaka ishalle karıştırılmamalıdır. Anne sütü alıyorsa giderek sarı macun kıvamında olur. Mama ile beslenen bebeklerin kakası ise daha koyu kıvamda ve sarı yeşil renkli olabilir. Anne sütü alan bir bebek her emzirme sonrası kaka yapabileceği gibi 3–4 günde bir de kaka yapabilir. Bebeğin karnı çok şiş değilse, çok kusmuyorsa, keyfi, emmesi iyi ise her gün kaka yapmıyor diye endişe edilmesine gerek yoktur.

## ATEŞ

Bebeklerde normal vücut sıcaklığı ciltten ölçülürse, 36–36.5 ºC, rektal yolla ölçülürse
36.5-37.5ºC'dir. Bebek çok fazla giydirilirse ateşi olmadığı halde vücut sıcaklığı yüksek çıkabilir. Terli iken koltuk altından ölçülen vücut sıcaklığı ise yanlış olarak düşük çıkar.

## KUSMA

İlk 6–9 aya kadar beslenme sonrası taşma tarzında kusmalar normaldir. Bu şekildeki kusmalar bebeğin kilo almasını engellemez. Kusma ile beraber kilo almada gerilik, hırıltı, emmede bozukluk, idrarın kötü kokması, ishal ya da kabızlık gibi bulgular olması durumunda ise doktor muayenesi gerekir.

## TARAMA TESTLERİ

Ülkemizde sık rastlanan ve tedavi edilmediği takdirde zekâ geriliği başta olmak üzere pek çok istenmeyen sonuçlara yol açabilen fenilketonüri ve hipotiroidi hastalıkları ülke çapında taranması gereken en önemli iki hastalıktır. Topuk kanı testleri olarak bilinen bu testlerin yapılması için bebeğinizin en az 3 günlük olması gerekir. Daha erken alınmışsa tekrarı gerekir. Bu iki testin yanı sıra pek çok hastanece uygulanması tavsiye edilen diğer iki test, ilk 1 ayın sonunda yapılması önerilen işitme testi ve yapılan kalça ultrasonudur.

## MEME GELİŞİMİ, VAJİNAL KANAMA, AKINTI

Anneden bebeğe geçen hormonlara bağlı olarak ilk haftalarda bebeğin meme bezlerinde hafif büyüme, kız bebeklerde vajinal akıntı ve kanama olabilir. Bebeğin meme bölgesi sıkılmamalı, masaj yapılmamalıdır. Normal olarak kabul edilen bu durumlar kendiliğinden geçer.

**SARILIK**
İlk birkaç günden sonra bebeğinizin gözlerinde, yüzünde, bazen gövdesinin üst kısmında sararma olabilir. Sarılık gövdesinin alt kısmına, özellikle de kol ve bacaklara doğru yayılıyor veya giderek arttığını, renginin daha koyu olduğunu düşünüyorsanız mutlaka doktorunuza başvurunuz.

**GÖZLERDE ÇAPAKLANMA**
İlk 3–6 ay gözyaşı kanalının burun deliklerine yakın kısmında darlık nedeni ile gözlerde çapaklanma olabilir. Sadece su ile içten dışa doğru göz temizliği yapabilirsiniz. Bebeğin burnu da tıkanık ise çapaklanma daha da artacaktır. Bu durumda burun da serum fizyolojik ile açılmaya çalışılmalıdır. Çapaklanmaya sarı yeşil bir akıntı, göz kapaklarında belirgin bir şişme eşlik ediyorsa veya çapaklanma 6. aydan sonra devam ediyorsa doktora başvurulmalıdır.

**BURUN TIKANIKLIĞI**
Burun tıkanıklığının açılması bebeğin rahat beslenmesi ve uyuması açısından çok önemlidir. Açmak için serum fizyolojik damla kullanılabilir.

**CİLT ve SAÇ**
İlk birkaç hafta içinde, anneden geçen hormonlara bağlı olarak bebeğin yüzünde, gövdesinde kızarık alanlar, üzerinde sarı sivilceler olabilir. Bunlar için özel bir bakım gerekmez.
İlk günler ciltte, kıvrım yerlerinde daha yoğun olmak üzere soyulmalar normaldir. Banyo sonrası bebeğe uygun nemlendirici sürülmesi bu sürecin daha rahat atlatılmasını sağlayabilir.
Özellikle yüzde olmak üzere beyaz renkli, toplu iğne başı büyüklüğünde, isilik olarak adlandırdığımız kabarıklıklar olabilir. İsilik oluşmaması için bebek gereğinden fazla giydirilmemeli, aşırı sıcaktan korunmalıdır.
Isilik sık banyo ile geçer.
Bazen doğuştan gelen, özellikle alın, göz çevresi, ensede ve gövdenin üst kısmında yerleşen, basmakla solmayan gül lekesi şeklinde kızarık alanlar olur."Kapiller hemanjiom" denen bu lekelerin çoğu 2 yaş civarında kaybolur. Yaygın olmadıkça herhangi bir hastalığı işaret etmez.
Bebeğin kalça kısmında mavi renkli doğum lekesi görülebilir. Bu lekelerin büyük bir kısmı 4 yaş civarında geçer.

Bebeğin saçları 1 yaşına kadar dökülebilir. Saçlarını kazıttırmak daha gür çıkmasını sağlamaz.
Konaklanma sık rastlanan bir sorundur. Yumuşatıcı bir kremle zorlanmadan temizlenmeye çalışılabilir.
Konaklı alanlar temizlenirken bebeğin cildi tahriş edilmemelidir. Bebeğe özel konak şampuanlarının da faydası olabilir.

**BEBEĞİMİN İDRARINDAN KAN GELİYOR!**
Bazı bebeklerde ilk haftalarda bezde turuncu-pembe renk görülür, idrardan kan geldiğini düşündüren bu durum ürat kristalinin rengidir ve endişe edilmesi gerekmez. Bebeğin sık sık ve yeterli miktarda beslenmesi ile geçer.

**PAMUKÇUK**
Bebeğin dilinde veya ağız içinde beyaz, bulunduğu bölgeye yapışık plak veya plaklar pamukçuk olarak adlandırılır. Bebeğinizin ağzında pamukçuk oluşmuşsa her beslenme sonrası su ile siliniz. Geçmezse veya çok sayıda ise ilaç gerekeceğinden doktorunuza danışınız.

**VİTAMİN**
Tüm dünyada anne sütü alan bebeklere D vitamini verilmesi genel kabul gören bir olgudur. Uygun doz ve kullanımı için doktora başvurunuz.

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
BAĞCILAR EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ

Merkez Mahallesi 6. Sokak Bağcılar/İSTANBUL

**Randevu Tel: 0.212 440 40 40**

info@beh.gov.tr • www.beh.gov.tr

**Semt Polikliniklerimiz**

**Güngören Semt Polikliniliği**
Genç Osman Mah. Mustafa Yağar Cad. No: 7 Güngören
Tel: 0212 440 42 40

**Güneşli Mustafa Dinç Semt Polikliniliği**
Mahmutbey Cad. No: 105 (Bağcılar Belediyesi Yanı) Güneşli/Bağcılar
Tel: 0212 440 42 10

**Esenler Atışalanı Semt Polikliniliği**
Havaalanı Mah. Gülek Sok. No: 22 Atışalanı/Esenler
Tel: 0212 440 42 30