













Trivselsskema

SÅDAN KAN DU SE, AT DIT BARN TRIVES

Alder Gælder børn født efter uge 37	UGE 1							UGE 2
	1 DAG	2 DAG	3 DAG	4 DAG	5 DAG	6 DAG	7 DAG	
Mælk Mælk til barnet	Mindst 4-5 gange i døgnet eller mere	Amning: Fri adgang til brystet, så barnet kan sutte så tit og så længe, det har brug for. Mindst 8 gange i døgnet eller mere. Barnet sutter aktivt, vedvarende og du hører synkelyde, når mælken er faldet til. Flaskeernæring: Søg vejledning hos sundhedspersonale om mængden af mad						
Våde bleer Gennemsnittet af våde bleer over 24 timer	 Mindst 1 ble Eventuelt orange pletter i bleen (urater)	 Mindst 2 bleer.	 Mindst 3 bleer. Bleen føles tungere end de første dage	 Mindst 5 tunge bleer		 Mindst 6 tunge bleer		
Afføringsbleer Gennemsnittet af afføringsbleer over 24 timer	 Mindst 1 ble	 Mindst 2 bleer		 Mindst 4 bleer				
Afføring Farve og konsistens på barnets afføring	 Sort, brun eller mørk grøn afføring – klistret og tyktflydende		 Lysere og mere grønlig afføring		 Skiftet til gul/grøn afføring		 Gul afføring og syrlig lugt. Blød konsistens – kan være grynet	

Nærvær

Hud mod hud kontakt med barnet

Tæt og nær kontakt til barnet er særlig vigtigt i de første dage, hvor barnet omstiller sig fra livet i livmoderen til livet udenfor.



Tegn på at ville spise

TIDLIGE TEGN – læg gerne barnet til ved de tidlige tegn:

- Sutte bevægelser med mund og tunge
- Bevægelser af arme og ben
- Søgen efter brystet, fingre til mund

MELLEM TEGN:

- Uro og klynkelyde
- Uro og gråd ind imellem

SENE TEGN:

- Gråd hele tiden, bevægelse af hele kroppen, rød i ansigtet
- Udmattelse og søvn

Trivsel

Andre tegn der viser at barnet trives

Dit barn:

- Er vågent og opmærksom i korte perioder fx. ved bleskift og under måltider
- Virker veltilpas det meste af tiden og kan beroliges ved tæt kontakt
- Har normal hudfarve, ikke grå eller bleg
- Kan få lidt gulfarvning af huden efter 1. døgn, typisk i ansigtet og på brystet – kaldet gulsot
- Taber sig normalt efter fødslen, og dit barn er normalt igen på fødselsvægten efter ca. 2 uger.



Mælk

Hvis dit barn ammes mindre end 4-5 gange i første døgn eller mindre end 8 gange derefter

- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Forsøge at fremme barnets søge- og sutrefleks ved at have dit barn hud mod hud ved brystet.
- Sørg for at skabe ro omkring jer
- Forsøge at presse lidt mælk ud til barnet
- Du kan også øge mælkeproduktionen ved at håndudmalke

- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

Våde bleer

Dit barn har ikke tisset indenfor de første 24 timer

Dit barn tisser mindre end beskrevet i trivselsskemaet på forsiden

- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning
- Sikre dig, at dit barn sutter aktivt, vedvarende og at du hører synkelyde
- Opsøg gerne råd og vejledning hos sundhedspersonale

- Fødestedet
- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

Hvis der er urater (orange pletter i bleen efter 3. dag)

- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

Afføring

Dit barn har ikke haft afføring indenfor de første 24 timer

Dit barn har færre afføringer eller afføringen har en anden farve end beskrevet i Trivselsskemaet på forsiden

- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning
- Sikre dig, at dit barn sutter aktivt, vedvarende og at du hører synkelyde
- Opsøg gerne råd og vejledning hos sundhedspersonale

- Fødestedet
- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

Nærvær

Fordele ved den tætte hud mod hud kontakt

- Dit barn bruger mindre energi fra depoterne
- Har mere stabil temperatur
- Græder mindre
- Spiser oftere
- Du lærer dit barn bedre at kende

- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

Trivsel

- Dit barn er vedvarende uroligt og grædende - er svær at trøste
- Dit barn viser tegn på ikke at have det godt
- Dit barn er ikke interesseret i at spise

- Forsøg at opfylde dit barns behov for mad, bleskift, søvn, ro, tæt kontakt
- Søg råd og vejledning hos sundhedspersonale som sammen med dig vil forsøge at finde forklaringer

- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt
- Din egen læge
- Vagtlæge

Gulsot

Dit barn bliver gult indenfor de første 24 timer

Gulsot hos dit barn, der er mere end 24 timer gammelt samtidigt med, at dit barn er sløvt, skal vækkes til måltidet og falder hurtigt i søvn under måltidet

- Kontakt fødestedet straks

- Fødestedet

Gulsot hos dit barn 14 dage efter fødslen eller senere

- Opsøg råd og vejledning

- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt
- Din egen læge

78 42 65 07

Horsens sygehus,
MorBarnAfsnittet

76 29 44 48

Horsens Kommunes
sundhedspleje

Sundhedsplejersken (udfyldes ved første besøg)