













# 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	
<b>Mælk</b> 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						
<b>Våde bleer</b> 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			
<b>Afføringsbleer</b> Gennemsnittet af afføringsbleer over 24 timer	 Mindst 1 ble	 Mindst 2 bleer		 Mindst 4 bleer				
<b>Afføring</b> 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
- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

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

## 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
- Når du ligger hud mod hud med dit barn, er det kun nødvendigt at give dit barn en ble på. Læg det ind til brystet og tag en dyne omkring jer begge.

- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

## Trivsel

- Dit barn er vedvarende uroligt og grædende - er svært 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
- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgn
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning
- Opsøg råd og vejledning

- Fødestedet
- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

Gulsot hos dit barn 14 dage efter fødslen eller senere

- Opsøg råd og vejledning
- Opsøg gerne råd og vejledning hos sundhedspersonale
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt
- Din egen læge

78 43 47 70

Regionshospitalet Gødstrup

70 20 80 18

Sundhedsplejens Telefonvagt

Sundhedsplejersken (udfyldes ved første besøg)