

Foshnja juaj çirret dhe çirret

Duket se nuk do të pushojë kurrë. Ju e mbani atë duke u endur rreth e rrotull, i ndërroni pelenën, i jepni të pijë: asgjë nuk ndihmon. Kjo t'i acaron nervat dhe, nganjëherë, gati që nuk durohet më. Atëherë ju do të donit më me qejf foshnjën tuaj ta shkundulloni me forcë, që, më në fund, të gjeni qetësinë tuaj.

Mos e bëni këtë: Kjo mund t'i shkakojë lëndime të rënda të trurit, të cilat nganjëherë mund të jenë edhe vdekjeprurëse.



*«Foshnjat në muajt e parë të jetës,
çirren shpesh edhe pa pasur ndonjë
arsye të dukshme.»*

Ndihmë* të mëtejshme mund të merrni

- Tek mjeku/mjekja e fëmijës suaj
- Përmes telefonit këshillëdhënës të spitalit të fëmijës suaj
- Tek këshillmorja e nënave dhe e baballarëve
- Tek numri urgjent për prindër, Tel. 044 261 88 66
- Tek shërbimi social i rrethit
- Tek grupet për mbrojtjen e fëmijëve.

*Disa prej këtyre këshillimeve mund të kushtojnë.

Albanisch

Sipas fletëpalosjes «Kurrë mos e shkund foshnjën»
Bashkësia e përkujdesit shëndetësor e Riverside
Parsons Green Centre, 5-7 Parsons Green,
London SW6 4UL

Përshtatja për Zvicër:
Fondacioni Zviceran Fëmijët & Dhuna
Sekretaria, Postfach 45, 8193 Eglisau
© 1997

Rishtypja është mbështetur nga:
OS Druck, Eglisau; Flora Frick, Eglisau;
atelierheller, Bülach.

www.kinderundgewalt.ch



Fondation Enfants & Violence
Fondazione Bambini & Violenza
Stiftung Kinder & Gewalt

«Ndihmë! Foshnja ime nuk pushon së çjerri!»

Këshillues për prindër



Fondation Enfants & Violence
Fondazione Bambini & Violenza
Stiftung Kinder & Gewalt



Por megjithatë vazhdojnë çjeremat

Ju keni provuar të gjitha të mundshmet dhe, megjithatë, foshnja juaj vazhdon të çirret. Ju e ndjeni që, ngadalë jeni të lodhur ose të nervozuar. Atëherë ekziston vetëm një mundësi: Foshnjën tuaj vendoseni në shpinë, në shtratin e tij të vogël, errësojeni pak mjedisin dhe dilni duke e mbyllur derën pas vetes suaj. Proveni të largoheni pak dhe përpiquni të qëndroni i/e qetë. Pyesni partnerin ose partneren tuaj nëse ai/ajo mund të kujdeset një orë për foshnjën në vendin tuaj. Nganjëherë ndihmon, qoftë edhe një bisedë telefonike me ndonjë person të besueshëm.

Ndoshta foshnja juaj do të vazhdojë të qarët edhe më tutje, por kjo, për një kohë të shkurtër, nuk e dëmton atë. Gjithsesi është shumë më pak e dëmshme sesa të mos i përmbani nervat dhe ta shkundulloni foshnjën ose ta rrihni atë.

Kur foshnja çirret ndryshe

Është normale që foshnjat të çirren, por është me rëndësi, që t'i dalloni ndryshimet e të qarës.

Kontakti mjekun/mjekën e fëmijës suaj ose këshilluesen për nëna, kur foshnja juaj...

- çirret më gjatë se zakonisht
- çirret me zë më të lartë se zakonisht
- nëse jep përshtypjen e të sëmurit
- ose, nëse të qarët e saj, ju frikëson.

Kur foshnja juaj çirret. Ekziston ndonjë arsye, por nuk është gjithmonë e lehtë ta gjesh shkakun.

Foshnjat e shëndosha çirren, kur ato...

- janë të uritura ose të lodhura
- kanë pelenat të mbushura plot
- nëse, sidoqoftë, nuk ndihen rehat
- duan të dëgjojnë zërin e prindërve të tyre ose kanë nevojë për kontaktin trupor
- ju, si prindër, jeni nervozë ose jeni të stërngarkuar.

Foshnjat e shëndosha çirren mesatarisht dy deri në tri orë në ditë, por nganjëherë edhe ditë e natë.



Çfarë mund të provoni

- Merreni dhe mbajeni foshnjën
- Tundeni lehtë në kraharor dhe ecni sa andej-këndej me të
- Flisni me foshnjën, këndonni ose pëshpëritini asaj diçka në vesh
- Jepjani gishtin tuaj që ta thithë ose një biberon nëse e pranon atë
- I bëni një masazh të lehtë në bark ose në shpinë
- I ofroni diçka për të pirë.

Të shkundulluarit është jashtëzakonisht i rrezikshëm për foshnjën

Foshnja akoma nuk mund ta mbajë kokën vetëvetiu, kështu që, gjatë të shkundulluarit, ajo e përplas kokën andej-këndej. Në këtë mënyrë shpeshherë shkaktohen gjakderdhje të brendshme të trurit, edhe në qoftë se koka nuk goditet askund. Truri i një foshnje të vogël është shumë i brishtë dhe i ndjeshëm. Lëvizjet e papritura të foshnjës, pa ia mbajtur kokën, ose dhe hedhja e foshnjës përpjetë, mund të jenë të rrezikshme. Lëndimet tek fëmijët shërohen shpejt dhe pa pasoja. Por, kjo nuk vlen për kafkën dhe lëndimet e trurit. Ato mund të lënë pasoja të rënda, të cilat mbesin ose shpjen deri në vdekje.

Sigurohuni që të gjithë ata/ato që kujdesen për foshnjën tuaj, të kenë njohuri lidhur me rrezikun e të shkundurit të foshnjës.