Sevgili Anne ve Babalar,

DÜNYANIN EN ZOR, EN KEYİFLİ MESLEĞİ OLAN ANNE VE BABALIK MESLEĞİNİ SEÇTİĞİNİZ İÇİN SİZİ KUTLUYORUM.

Çocuk yetiştirmek bir sanattır. Hem de dünyanın en zor, en yorucu fakat en keyifli ve en güzel sanatıdır. Dünya üzerinde ne kadar çocuk varsa o kadar da farklı çocuk yetiştirme sanatı vardır.

Oldukça zor, yorucu ve bir o kadar da kutsal olan çocuk yetiştirme sanatını en iyi şekilde başarmanızda sizlere yardımcı olması için bu kitapçık (**Çocuk İzlem Kitapçığı**) hazırlanmıştır. Çocuk yetiştirme sanatının ana ilkeleri **SEVGİ, SABIR, ANLAYIŞ ve HOŞGÖRÜDÜR**. Çocuğunuzu yetiştirirken içinizdeki doğal anne ve babalık içgüdüsüne güvenin.

Bebeğiniz; her geçen gün büyüyor, gelişiyor ve sürekli değişiyor. Bu değişimi izlemek, sizler için çok keyifli olacaktır. Bu dönemin ne yazık ki geriye dönüşü yok.

BAŞARMAK İÇİN ÇOK ÇABA HARCADINIZ. ŞİMDİ BU BAŞARILARIN TADINI ÇIKARTMAYA ZAMAN AYIRIN.

Bu İzlem Kitapçığı'nda;

- Acil durumlarda doktorunuza başvuru,
- Emzirme,
- Emziren anne beslenmesi,
- Bebeğinizin beslenmesi,
- Bebeğinizin fiziksel gelişimi,
- Bebeğinizin görsel ve bilişsel gelişimi,
- Bebeğinizin aşıları konularında sizlere rehberlik edecek bilgiler bulacaksınız.

ÖNCELİKLE DOKTORUNUZDAN EN VERİMLİ ŞEKİLDE YARARLANABİLMENİZ İÇİN :

1- Doktorunuza gelmeden önce **MUTLAKA RANDEVU ALINIZ**.

2- Randevunuza zamanında gelmeye çalışınız.

3- Randevunuza gelmenizi engelleyen önemli bir nedeniniz çıkarsa gecikmeden, (mümkün olduğunca erken) randevunuzu iptal edip yeni bir randevu tarihi belirleyiniz.

4- Randevu saatinizde bir miktar kayma olursa lütfen anlayış gösteriniz çünkü izlediğimiz çocuklardan biri her an acilleşebilir ve onu bekletmeden almamız gerekebilir.

5- Doktorunuza, aklınıza gelen her şeyi sorabilirsiniz. Öncelikle çocuğunuz için uygun bir anı defteri alınız. Bu deftere tüm duygu ve düşüncelerinizi, çocuğunuzla ilgili gözlemlerinizi yazabilirsiniz. Ayrıca doktorunuza gelirken unutma olasılığına karşın soracaklarınızı, yakınmalarınızı da bu deftere not ediniz. Her sorudan sonra yanıtlar için 2-3 satır aralık bırakınız. Aldığınız yanıtları mutlaka buraya yazınız. Böylelikle hem zaman kaybı önlenmiş olur hem de tüm sorularınıza tam olarak yanıt almış olursunuz.

6- Elinizdeki bu kitapçığı ve doktorunuzun size verdiği tüm yazılı belgeleri dikkatlice okuyunuz. Merak ettiğiniz birçok sorunun cevabını bu belgelerde bulacaksınız.

7- Elinizdeki bu kitapçığı, çocuğunuzun yaşamı boyunca çok iyi saklayınız ve randevunuza gelirken mutlaka yanınızda getiriniz. Çocuğunuz, yaşamının her evresinde bu kitapçıktaki bilgilere gereksinim duyacaktır.

8- Doktorunuzu, gereksinim duyduğunuz her an telefonla arayabilirsiniz. Aramadan önce doktorunuzun tüm önerilerine uyup uymadığınızı bir daha kontrol ediniz. Soracaklarınızı önceden not ediniz. Telefonun yanında bir kalem ve kâğıt bulundurunuz. Doktorunuz not almanızı isteyebilir.

9- Çocuğunuza, doktorunuzun önerdikleri dışında kesinlikle hiçbir ilaç vermeyiniz. Önerilen ilaçları zamanında, önerilen dozda ve önerilen sürede kullanınız. İlaçların etki göstermesi için belirli bir sürenin geçmesi gerektiğini unutmayınız.

10- Doktorunuzun önerilerine kesinlikle uyunuz.

11- Bu öneriler, uzun araştırma ve denemelerin sonucunda size iletilmiştir.

DOĞUM BİLGİLERİ

Adı :
Soyadı :
Doğum Tarihi :
Doğum Saati :
Doğum Şekli :
Doğum Haftası :

Cinsiyeti :
Doğum Ağırlığı :
Doğum Boyu :
Doğum Baş Çevresi :
Bebek Kan Grubu :
Anne Kan Grubu :

Anne Adı :
Doğum Tarihi :

Baba Adı :
Doğum Tarihi :

Varsa Kardeşlerin Doğum Tarihi :

Doğum Sonrası Uygulanan Tedaviler :

* K Vitamini :
* Hepatit B Aşısı :
* Göz Damlası :

DOĞUM SONRASI YAPILAN TARAMA TESTLERİ

TSH :
Metabolik Tarama :
İşitme Testi :
Göz Muayenesi :
Kalça USG :
Batın USG :

DOĞUMDAN SONRA SARILIK GEÇİRDİYSE :

Direkt Coombs Testi :
Total Bilirubin :
Fototerapi Süresi :

AİLEYE AİT BİLGİLER

Akraba evliliği	( ) Evet	( ) Hayır
3 yaştan önce görülen sağırlık	( ) Evet	( ) Hayır
5 yaş altında göz sorunu	( ) Evet	( ) Hayır
50 yaştan önce koroner kalp hastalığı	( ) Evet	( ) Hayır
Konvülsiyon,epilepsi(havale,sara)	( ) Evet	( ) Hayır
Doğumsal kalça displazisi	( ) Evet	( ) Hayır
Ailede alerji öyküsü	( ) Evet	( ) Hayır
Ailede zihinsel engelli çocuk öyküsü	( ) Evet	( ) Hayır
Ailede otistik çocuk öyküsü	( ) Evet	( ) Hayır
Ailede şeker hastalığı	( ) Evet	( ) Hayır

Ailenin belirtmek istediği önemli hastalıklar :

BEBEĞİNİ EMZİREN ANNE İÇİN GÜNLÜK BESLENME ÖRNEĞİ

KAHVALTI :
1-2 dilim tam tahıl ekmeği + 1 su bardağı süt + 1 yumurta + 1-2 dilim beyaz peynir + 2 tatlı kaşığı tereyağı ya da 4-6 adet zeytin + 1 yemek kaşığı bal, reçel, marmelat ya da pekmez.

ARA ÖĞÜN :
1 bardak süt (Meyve suyu, ayran, limonata veya komposto da olabilir.) + 10 adet fındık. 2-3 Ceviz + 5-6 Badem.

ÖĞLEN :
1-2 dilim tam tahıl ekmeği + 1 kase (200-250 cc) çorba (sebze, mercimek, tarhana, yayla, ezogelin ya da yoğurtlu çorbalar olabilir.) + 100-150 gr et ya da etli bir yemek (3-5 adet köfte, etli dolma, sebzeli köfte, balık, hindi veya tavuk olabilir.) + 1 porsiyon kuru baklagiller (kuru fasulye, mercimek, nohut, bulgur) + 1 porsiyon pilav, makarna ya da erişte + 1 tabak yoğurt ya da ayran + 1 tabak taze mevsim salatası.

ARA ÖĞÜN :
1 dilim börek, pasta, kek ya da poğaça + 1 tabak taze meyve salatası ya da kurutulmuş meyve (kayısı, erik, üzüm gibi) + 3-4 adet ceviz (9-10 adet fındık veya 4-5 adet badem)

AKŞAM : 1-2 dilim tam tahıl ekmeği +1 kase (200-250 cc) çorba (sebze, mercimek, tarhana, yayla, ezogelin ya da yoğurtlu çorbalar olabilir) + 100-150 gr. et ya da etli yemek (kıymalı sebze yemeği, etli dolmalar, hindi, tavuk, balık gibi) + 1 porsiyon pilav, makarna ya da erişte + 1 porsiyon yoğurt ya da sütlü tatlılar + 1 porsiyon meyve.

YATARKEN : 1 su bardağı süt, yoğurt, ayran, meyve suyu ya da sütlü tatlılar.

BEBEĞİNİZİN İLKLERİ	
İlk gülücüğü	
Eşyaları izleme	
Anneyi tanıma	
İlk dönme	
Desteksiz oturma	
İlk diş	
İlk kelimesi	
İlk cümle	
Emekleme	
Sıralama	
Yürüme	
İlk arkadaşı	
İlk söylediği şarkı	
İdrar kontrolü	
Dışkı kontrolü	
İlk gittiği okul	
İlk öğretmeni	
Süt dişi değişimi	

Not :
1- Bebeğini emziren anne, asla alkol almamalı ve sigara içmemelidir.
2- Bu beslenme programı ile beslenen ve bebeğini emziren anne kesinlikle kilo almaz.
3- Bu liste, neler yiyebileceğinizi gösteren örnek bir listedir. Bu yiyeceklerin hepsini alamazsanız da üzülmeyiniz. Daha az öğün ve daha az miktarlarla da sağlıklı beslenebilir ve çocuğunuzu emzirebilirsiniz. Çocuğunuz da sağlıklı olarak normal gelişmesini sürdürebilir.

BEBEĞİNİZDEN SİZE MEKTUP VAR

Sevgili Anne ve Babacığım,

Elbette, siz her şeyi benden daha iyi biliyorsunuz ve benim için en iyisini yapmaya çabalıyorsunuz. Bunun için her yere başvuruyorsunuz ve herkesten yardım istiyorsunuz. Aldığınız tüm bu bilgiler, belki de biraz kafanızı karıştırdı.

Şimdi birazcık da bana kulak verir misiniz?

• Her şeyi doğal akışına bırakın.

• Doğuştan anne ve babalık yeteneğiniz olduğunu bilin.

• Anne karnına düştüğüm andan itibaren koşulsuz sevginizi istiyorum. Bunu, hiç unutmayın.

• Normal yolla dünyaya gelmek istiyorum. Bunu, aklınızdan hiç çıkartmayın.

• Çok büyük bir zorunluluk olmadıkça asla sezaryen istemiyorum.

• Anneciğim; ben karnındayken ve beni emzirirken beslenmene, uykuna ve dinlenmene her zamankinden biraz daha fazla dikkat eder misin?

• Anneciğim, doğar doğmaz memeni emmek istiyorum. Bu, benim en doğal ve en yaşamsal hakkım. Lütfen, bu hakkımı elimden alma!

• Anneciğim, ilk yarım saat içinde beni memene tutar mısın? Memeni emmesem de göğsünde yatıp senin kokunu almak istiyorum.

• Anneciğim, doğumdan sonraki ilk 3-4 gün sütün gelmeyebilir. Hemen telaş edip mama arayışına girme. Bu 3-4 gün hiçbir şey almasam da senin karnındayken beni besleyecek kadar bana zaten besin deposu verdin.

• Anneciğim, ilk altı ay senin sütün dışında hiçbir besin istemiyorum.

• İlk altı ay bana **SU** da vermen gerekmez. Çünkü senin sütünde benim ihtiyacım olan her şey var. Sütündeki su, yaz aylarında bile bana yeter.

• Anneciğim, senin sütünü 2 yaşıma kadar emmek istiyorum. Sana çok zor gelmeyecek ise 3 yaşıma kadar da senin sütünü almaktan büyük bir mutluluk duyacağımı bilmeni istiyorum.

• Altı aylık olduğumda bana yavaş yavaş acele etmeden ek gıdalara başlayabilirsin. Başladığın gıdaların taze, doğal ve katkı maddesiz olmasına dikkat eder misin?

• Katkı maddeli hiçbir hazır ek gıda istemiyorum. Lütfen buna çok büyük bir özen gösterebilir misin?

• Verdiğin gıdaları almazsam da üzülme. İlla almam için beni zorlama. Birkaç gün aradan sonra tekrar dene. Belki o zaman alabilirim.

• Anne ve babacığım, lütfen sigara içmeyiniz! İçtiğiniz her sigarayı benim de sizinle birlikte içtiğimi unutmayınız.

• Anneciğim, beni emzirdiğin sürece alkol alma.

• Anneciğim, beni emzirirken beslenmene çok dikkat et. Et, süt, yumurta grubunu, kuru baklagil ve hububat grubunu, mevsimin taze sebze ve meyvesini yeterince tüketir misin?

• Anneciğim, uykuna ve giyimine yeterince özen gösterir misin?

• 15 günlük olduktan sonra beni her gün en az yarım saat açık havaya çıkartır mısınız?

• Beni; yüzümden, gözümden, ağzımdan, burnumdan öpmeyin. Kimselere de öptürmeyin.

• Anneciğim, bir yaşıma kadar hiçbir ek gıda almasam da sütünün benim için yeterli olduğunu bil ve rahat ol.

• Beni fazla ya da az giydirmeyin. Siz nasıl giyiniyorsanız beni de öyle giydirmeniz yeterlidir.

• Beni, kış aylarında ve yazın klimalı odadaysam ince olarak bir kat fazla giydirebilirsin.

• Beni uyumam için zorlamayın. Uyumam için asla ayağınızda sallamayın. Uykum geldiğinde ben zaten uyurum.

• **Anne ve babacığım,** benimle bağırarak konuşmayın. Yumuşak ve sevecen bir ses tonuyla konuşun. Böyle konuşursanız sizi daha iyi duyar ve daha iyi anlarım.

• **Anne ve babacığım,** tartışmalarınızı benim yanımda yapmayın. İkinizi de çok seviyorum. Beni taraf tutmak zorunda bırakmayın.

• **Babacığım,** senden özel bir ricam var. Hamilelik ve emzirme döneminde anneme her zamankinden daha fazla anlayış göster. Onu destekle ve ona yardımcı ol. **SEVGİNİ DAHA ÇOK GÖSTER.** Çünkü onun, buna her zamankinden daha fazla ihtiyacı var.

• Normal sağlık kontrollerimi ihmal etmeyin. Bu kontrollerde doktorumun önerilerine uyun, önerdiği ilaçları önerdiği dozlarda ve önerdiği sürece bana verin.

• Doğumumdan başlayarak 3 yaşıma gelinceye kadar kemiklerimin daha iyi gelişmesi için D vitamini almak istiyorum. Bunu unutmayın.

• Kansız kalmamam için 6. ayımdan 1-2 yaşıma kadar demir ilacı almak istiyorum. Lütfen doktorumun önerileri doğrultusunda demir ilacımı bana zamanında verin!

• Aşılarımı ihmal etmeyin. Doktorumun önerdiği tarihlerde, önerdiği aşıları mutlaka bana uygulatın.

ÜÇ YAŞIMA GELİNCEYE KADAR BENİ EKRANDAN (TELEVİZYON, BİLGİSAYAR, CEP TELEFONU, TABLET GİBİ GÖRSEL İLETİŞİM ARAÇLARI) UZAK TUTUN. SİZ DE EKRANDAN UZAK DURUN. BANA AYIRACAĞINIZ ZAMANI EKRANDA GEÇİRMEYİN.

SEVGİLİ ANNE VE BABACIĞIM,
BU İSTEKLERİM SİZE FAZLA GELDİYSE BUNLARIN ÇOĞUNDAN VAZGEÇEBİLİRİM AMA ŞU 4 İSTEĞİMDEN ASLA VAZGEÇMEK İSTEMİYORUM.

1. NORMAL YOLLA DÜNYAYA GELMEK İSTİYORUM. ÇOK BÜYÜK BİR ZORUNLULUK OLMADIKÇA ASLA SEZARYEN İSTEMİYORUM.
2. ANNEMİN SÜTÜNÜ 2- 3 YAŞIMA KADAR EMMEK İSTİYORUM.
3. 6. AYDAN SONRA ANNEMİN MEMESİ DIŞINDA BANA VERECEĞİNİZ EK GIDALARIN DOĞAL, TAZE VE KATKI MADDESİZ OLMASINI İSTİYORUM.
4. YALNIZCA KARNIMIN DOYMASI YETMEZ. RUHSAL OLARAK DA DOYUMA ULAŞMAM İÇİN KOŞULSUZ SEVGİNİZİ İSTİYORUM.

SEVGİLER,

ÇOCUĞUNUZ

ANNE SÜTÜ VE EMZİRME

"İneğin sütü, buzağısı; annenin sütü, bebeği içindir."
“Bebeğinize verebileceğiniz en büyük hediye, kendi sütünüzdür.”

BEBEK BESLENMESİNDE ESAS MADDE, ANNE SÜTÜDÜR.
ANNE SÜTÜ ALAN BEBEĞE, 6. AYA KADAR SU DAHİL HİÇBİR EK GIDA VERİLMEMELİDİR.

Doğumdan hemen sonra kendinize geldiğiniz anda (genelde ilk yarım saat içinde) bebeğinizi mutlaka memenize tutmalısınız. Sütünüzün olup olmaması hiç önemli değildir. Memenize tuttuğunuzda bebeğiniz refleks olarak memenize yapışacak ve memenizi emmeye başlayacaktır. Bebeğinizin refleks olarak memenizi emmesi sütünüzün bir an önce gelmesini sağlayacaktır. "Sütüm yok, gelmiyor, bebeğim aç kalacak!" şeklinde bir endişeye kapılmayınız. Bebeğinizin karnınızdayken aldığı stoklar, ilk 3-4 gün hiçbir şey almasa da ilk günlerde yaşamını sürdürebilmesi için ona yeterli olacaktır.

Doğumdan sonra başlayan ve ilk 7-8 güne kadar salgılanan süte, "ilk süt, ağız sütü ya da Kolostrum" denir. Besin değeri çok yüksektir. Protein yönünden çok zengindir ve bebeğiniz için yaşamsal bir öneme sahiptir. 1 çay kaşığı miktarı bile bebeğin doyması için yeterlidir. Bu, "İLK SÜT" bebeğinizin ilk aşısıdır ve onu ilk aylarda mikroplardan korur. Bu ilk sütü mutlaka bebeğinize vermelisiniz. Annenin sezaryen olması ve anestezi alması, emzirmeye engel değildir. Anne sütü ile beslenmenin bebeğinize ve size, sayısız yararları vardır.

ANNE SÜTÜ İLE BESLENMENİN BEBEĞİNİZE YARARLARI :

- Anne sütü, 6 aya kadar bebeğinizin tüm gereksinimlerini karşılar.
- Bebeğiniz için uygun bir sıcaklıkta ve her zaman hazırdır.
- İçinde mikrop barındırmaz.
- Bebeğinizin bağışıklık sistemini güçlendirir, onu mikroplardan korur. İçinde bebeğinizi; mide - bağırsak, solunum yolu ve idrar yolu enfeksiyonu yapan mikroplara karşı koruyucu maddeler vardır. Yine anne sütü alan bebekler, mantar, parazit ve viral enfeksiyonlara daha az yakalanırlar.
- Alerji yapmaz.
- Bebeğinizin büyüme ve gelişmesi için gerekli her şeye sahiptir. Anne sütü alan bebeklerde beslenme yetersizliği görülmez.
- Anne sütü alan bebeklerde kansızlık görülmez.
- Anne sütü alan bebeklerde; ileri yaşlardaki diş çürükleri, hazır mama ile beslenen bebeklere göre yarı yarıya daha azdır.
- Çene ve diş gelişim bozukluğu görülme oranı düşüktür.
- Kulak iltihapları daha az görülür.
- Gaz sancıları daha az görülür.
- Şişmanlık görülmez.
- Erişkin yaşamında kalp damar hastalıkları daha az görülür.
- İleri yaşlarda kanser gelişme oranı daha düşüktür.
- Bebeğinizin ruhsal gelişmesine olumlu katkıları vardır, bebeğinizle aranızdaki sevgi bağını güçlendirir.

EMZİRMENİN ANNEYE YARARLARI :

- Anne sütü ekonomiktir, temini için masraf gerekmez.
- Anne sütü ile beslenme, hem aile hem de ülke bütçesine katkı sağlar.
- Emziren annenin, doğum sonu kanamaları daha az olur.
- Annenin, hamilelik öncesi kilosuna daha çabuk dönmesini sağlar.
- Emzirme, bebekle anne arasında duygusal yönden bir bağ kurarak anneyi psikolojik yönden rahatlatır.
- Doğum aralarını uzatarak aile planlamasına yardımcı olur.
- Annede yumurtalık ve meme kanseri gelişme riskini azaltır.

BEBEĞİNİZİ NE SIKLIKTA EMZİRMELİSİNİZ?

İLK AYLARDA EMZİRMEDE İLKE : DAHA ÇOK EMZİRME = DAHA ÇOK UYARI = DAHA ÇOK SÜT
Bebek ne kadar çok emerse anne de o kadar çok süt üretir.

- İlk günlerde bebeğinizi belirli zaman aralıkları ile değil; o istedikçe emzirin. Saatin esiri olmayın.
- Zaman sınırı koymayın.
- Bebeğinizi her ağladığında emzirin.
- Yeni doğan döneminde günde 10-12 kez emmek isteyebilir. EMZİRİN!
- 1-2 ay dolaylarında emme isteği, 6-8 öğüne düşebilir.
- İlk günlerdeki sık emzirme, süt salgısını arttırdığı gibi memenizin şişmesini ve acımasını da önler.

- 1-2 ay dolduktan sonra bebeğinizi 2-4 saat arasında, ortalama 3 saat ara ile emzirmeye çalışınız. Bunun birinci nedeni, sütünüzün bebeğinizin midesinde 2,5-3 saat kalmasıdır. Bu aralıklarla emzirmeniz, bebeğinizde sindirim problemlerini ve özellikle gaz sancılarını azaltır. İkinci nedeni ise bebeğiniz emmeye başladığı anda memelere süt dolma kanalı kapanacak ve memenin boşalma kanalı açılacaktır. Eğer bebeğinizi sürekli emzirirseniz sürekli boşalma kanalı açık olacaktır. Memeye süt dolması için yeterli zaman kalmayacaktır. Sonuçta, memenizde bebeğiniz için yeterli süt birikemeyecektir.

EMZİRİRKEN HER İKİ MEME DE BEBEĞE VERİLMELİ Mİ?

Başlangıçta her emzirmede, iki memenizi de bebeğinize sunmalısınız. Emzirme sırasında en etkili uyarıyı, ilk emzirilen meme alır ve o memeden daha çok süt salgılanır. Bu nedenle her iki memenizin de eşit uyarı alabilmesi için her emzirmede, ilk emzirilen meme değiştirilmelidir.

İlerleyen aylarda, bebeğiniz ilk memede doydu ve ikinci memeyi almıyorsa ısrarlı olmayınız. Bir sonraki emzirmede, diğer memeyi veriniz.

BEBEĞİNİZ MEMENİZDE NE KADAR SÜRE KALMALIDIR?

İlk aylarda bebeğiniz memede ne kadar süre kalacağına kendisi karar vermelidir. Ancak ilerleyen aylarda, emmeyi de bir düzene koymalısınız. Bebeğiniz memedeki sütün %90-95'ini ilk 5-6 dakikada alır. Bebeğiniz, her emzirmede her iki memeyi de alıyorsa her bir memede en fazla 10-15 dakika olmak üzere her iki memede toplam 20-30 dakika kalmalıdır. Her öğünde tek meme alıyorsa memede en fazla 20-25 dakika kalmalıdır

SEVGİLİ ANNELER, DOĞANIN BEBEĞİNİZE EN BÜYÜK ARMAĞANI, ANNE SÜTÜDÜR. BEBEĞİNİZİ, ONDAN YOKSUN BIRAKMAYINIZ. ÇÜNKÜ ANNE SÜTÜ İLE BESLENMEK, BEBEĞİNİZİN EN DOĞAL VE EN YAŞAMSAL HAKKIDIR.

DOKTORA BAŞVURMAYI GEREKTİREN ACİL DURUMLAR

EMME ZORLUĞU : Bebeğinizin hiç emmemesi, her zamankinden daha az emmesi, emme aralarının çok uzaması, güçsüz emmesi, memeyi reddetmesi, hareketlerinin azalması yeni doğan döneminde önemli olabilir. Mutlaka doktorunuza başvurmalısınız.

KUSMA : Bebeklerin büyük bir kısmı, emdikten kısa süre sonra kusar. Bunun nedeni, emerken yutulan havanın daha sonra mideden çıkarken beraberinde bir miktar sütü de sürüklemesidir. Fizyolojik reflü dediğimiz bu olay; 6 aya kadar bebeklerin %50-60'ında, 1 yaşına kadar % 5-10'unda görülür ve normaldir. Eğer dik olarak beslenir ve gerektiği gibi gazı çıkarılırsa kusmaları azalacaktır. Eğer bebeğiniz sık kusuyorsa tüm yatağını 20-30 derecelik açı ile yukarı kaldırınız (Yalnızca başını değil). Bunun için yatağının altına bir sunta koyabileceğiniz gibi bebek eşyaları satan yerlerden kolayca temin edebileceğiniz reflü yataklarından da yararlanabilirsiniz.

Emzirmeden hemen sonra sol yanına yatırırsanız da kusmaları bir miktar azalacaktır.

Bebeğiniz, sağlıklı ve yeterince kilo alıyorsa kusmalarının önemi yoktur. Ancak kusmalar sık ve fazla ise ve yeterli kilo alamıyorsa mutlaka doktorunuza danışmalısınız.

DIŞKI : Doğumdan sonraki ilk 2-3 gün bebekler "Mekonyum" denilen koyu yeşil, siyaha yakın bir dışkı çıkarır. 3-4'üncü günden itibaren giderek dışkı rengi yeşil, açık yeşil ve sarıya döner. Bebekler ilk aylarda günde 8-10, bazen de 12-15 kez dışkı çıkartabilirler. Rengi sarı, sulu ve pürtüklüdür. Bekleyince rengi, yeşile dönebilir.

Aylar ilerledikçe dışkının rengi, sarıya döner. Günde 1 kez bazen de 3-4 günde bir dışkı çıkarırlar. Bunların hepsi normaldir, endişelenmeyiniz. Eğer dışkı çok katı ise sabah, öğle ve akşam 1 çay kaşığından 1 tatlı kaşığına kadar ağızdan sızma zeytinyağı verebilirsiniz.

İlk 48 saat içerisinde bebeğiniz dışkısını çıkartmadı ise doktorunuza başvurmalısınız.

SARILIK : Doğumdan sonraki 2-3. günlerde; zamanında doğan bebeklerin % 60-70'inde, erken doğan bebeklerin ise hemen hemen tamamında gözlerinin beyazlarında ve derilerinde hafif bir sararma gözlenir. Bu normaldir ve 6-7'nci günlerde kaybolur. Erken doğan bebeklerde ise sarılığın kaybolması 15-20 gün hatta 1-2 aya kadar uzayabilir.

Doğumdan sonraki ilk 24 saat içinde başlayan ve giderek ilerleyen bir sarılık olursa ya da bebeğinizde sarılıkla birlikte zayıf emme, sürekli uyku hali, tiz sesli ağlama, sürekli kusma, limon gibi sararma, ateş yüksekliği, başını geriye atma, kasılma ve havale gibi bir bulgu olursa en kısa sürede doktorunuza başvurmalısınız. Kan uyuşmazlığı ya da ciddi problemler olabilir. Gecikmeyiniz.

ATEŞ : Ateş, vücudun en önemli savunma mekanizması ve vücuttaki hastalıkların en önemli habercisidir. Yeni doğan döneminde ateş; ortamın sıcak olmasına, bebeğin aşırı giyinmesine veya susuz kalmasına bağlı olabildiği gibi anneden geçen mikroplara, annenin doğum sırasında ya da doğumdan sonra çevreden aldığı mikroplara bağlı da olabilir. Yeni doğan döneminde, uzaktan ve kulaktan ateş ölçerlerle ateş ölçümü gerçek ateşi yansıtmaz.

Mutlaka, rektal yolla (makattan) ateş ölçmek gerekir. Yeni doğan dönemi olan ilk 1 ayda, rektal (makattan) 38 derecenin üzerindeki ateşlerde mutlaka doktorunuza başvurmalısınız.

AĞLAMA : Ağlama, bebeğinizin derdini anlatmak için başvurduğu en etkili ve tek silahıdır. O da bu silahını çok iyi kullanmaktadır. Bebeğiniz ağlıyor diye hemen paniğe kapılmayınız. Açlık, susuzluk, altını kirletme, fazla giydirilme, ortam sıcaklığı, yorgunluk, uyumak istememe, gaz sancısı, hastalanma, ilgi çekme gibi nedenlerden de ağlayabilir.

Hiç meraklanmayınız. Bir süre sonra onun ağlama şekline göre niçin ağladığını anlayacaksınız ve o zaman her şey çok daha kolay olacak.

Bebeğiniz ağlıyorsa, önce neden ağladığını araştırın. Ağlamasına neden olan bulguları düzeltmeye çalışın. Hiçbir nedeni olmadığı halde bebeğiniz ağlıyorsa kucağınıza alıp ninni ve şarkılarla onu bir süre avutmaya çalışabilirsiniz. Ani başlayan, uzun süren, her zamanki yöntemlerle susturulamayan yüksek tonlu tiz ağlamalarda mutlaka doktorunuza başvurmalısınız.

ÖKSÜRÜK : Öksürük, solunum yollarını zararlı etkilerden koruyan vücudun en önemli savunma refleksidir. Solunum yollarına giren zararlı maddeler, mikroplar öksürükle vücuttan dışarıya atılır. Öksürük, vücudun bir çeşit süpürgesidir.

Özellikle 3 ayın altındaki çocuklarda, uykusunu bölen şiddetli öksürük, öksürükle birlikte nefes alma zorluğu, göğüste inip kalkmalar, burun kanatlarının her nefes alışverişte açılıp kapanması, dudaklarda ve ciltte morarma, öksürükle birlikte 38 dereceyi geçen ateş olması, yeterli meme alınmaması solunum yolu enfeksiyonu bulgusu olabilir. Mutlaka doktorunuza başvurmalısınız.

HAVALE (NÖBET, KONVÜLSİYON) : Havale (tıp dilindeki adıyla KONVÜLSİYON); beyin hücrelerinin normal dışı aktivite göstermesi sonucu bilinç kaybı, katılaşma, istem dışı hareketler ya da tamamen hareketsiz kalma şeklinde kendini gösteren bir tablodur. Bu tablo; anne, baba ve çocuğu gören herkes için çok ürkütücü bir tablodur. Çocuklarda havale, genelde ateşe bağlıdır. Ateşli havale en çok 3 ay-6 yaş arası çocuklarda görülür. (3 ay -6 Yaş arası görülme oranı: %5'tir).

Ateşli havale özellikle viral üst solunum yolu enfeksiyonlarından sonra daha sık görülür. Orta kulak, mide barsak ve idrar yolu enfeksiyonları da havaleye neden olabilirler. Ateşin yükselme derecesi ile havalenin ortaya çıkması arasında herhangi bir ilişki yoktur.

Bazı çocuklar 38 derece dolaylarındaki ateşte havale geçirirken bazı çocuklar 39-40-41 derecede havale geçirirler. Bazı çocuklar da 41 - 41.7 derecede bile havale geçirmezler. Çocuklar genelde ateşin yükseldiği ilk günlerde havale geçirirler.

ÇOCUĞUNUZ ATEŞLİ HAVALE (NÖBET, KONVÜLSİYON) GEÇİRİYORSA :

Gözlerini bir noktaya dikti, sizi tanımıyor, uyaranlara cevap vermiyor, el, kol bacaklarında kasılma ve titremeler, ağzında köpüklenme var ise çocuğunuz nöbet (havale) geçiriyor demektir. Büyük bir olasılıkla 1-2 dakika, en geç 5 dakika içinde havale sonlanacaktır.

PANİK YAPMADAN SAKİNCE BU SÜRENİN KENDİLİĞİNDEN SONLANMASINI BEKLEYİN.

Havale bittikten sonra, havalenin nedenlerinin araştırılması için mutlaka doktorunuza başvurmalısınız.

YENİ DOĞAN

0-7 GÜN İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Yeni Doğan Refleksleri
● Sıçrama (Moro Refleksi)
● Arama-Emme
● Yakalama
● Tonik Ense Refleksi
● Basma ve Adımlama Refleksi

10-15 GÜN İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Yeni Doğan Refleksleri
● Emekleme
● Esneme ve Hıçkırık
● Çekme
● Ayak Tabanı Refleksi (Babinski Refleksi)
● Paraşüt Refleksi

1. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Hepatit B Aşısı : (B Tipi Sarılık)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Başını her iki yana çevirir.	● Sizi tanır.
● Yüzüstü pozisyonda başını hafifçe kaldırır.	● Gülümser.
● Koltuk altından tutulunca emekleme hareketi yapar.	● Kendine özgü memnuniyet sesleri çıkartır.
● Parlak nesneleri izler.	● Annesi konuştuğunda ağlamayı keser.
● Eline verilen oyuncağı sıkı sıkı kavrar.	● Sese tepki gösterir.

2. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

DaPT-İPA-HİB
(5'li Karma Aşı)
(Difteri, Aselüler Boğmaca,Tetanoz, İnaktif Polio, Hemofilüs İnfluenza Tip B Aşısı)

KPA (Konjuge Pnömokok Aşısı)

BCG (Verem)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Başını birkaç saniye dik tutabilir.	● Kendine özgü sesler çıkartır.
● Ellerini açar.	● Elleri ile oynamaya başlar.
● Yan yatırılışta sırt üstü pozisyonuna geçer.	● Sizin çıkarttığınız sesleri taklit eder.
● Elleri sürekli yumruk şeklinde değildir. Ellerini zaman zaman açar.	● Eşyaları orta çizgiden etrafa doğru izler.
● Yüzükoyun pozisyonda başını ve omuzlarını kaldırmaya çalışır.	● Gülümseyerek memnuniyetini belli eder.

3. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Rota Virüs Aşısı : (İshal Aşısı)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Başını istediği gibi kontrol eder.	● Ailedeki yüzleri tanır.
● Yüzüstü yatışta tüm gövdeyi kaldırır.	● Kahkaha atar.
● Parmakları ile oynar.	● Müzikten hoşlanır.
● Eşyaları kısa süreli tutup kendine çekebilir.	● Beslenme hazırlığını anlar.
● Kendini koruma reaksiyonlarını göstermeye başlar.	● Kendi kendine konuşur ve keyif sesleri çıkartır.

4. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

DaPT-İPA-HİB
(5'li Karma Aşı)
(Difteri, Aselüler Boğmaca,Tetanoz,
İnaktif Polio, Hemofilüs İnfluenza
Tip B Aşısı)

KPA (Konjuge Pnömokok -Zatürre)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Oyuncakları elleriyle kavrar.	● Yüksek sesle gülebilir.
● Tekmeler atar.	● Seslenince bakar ve seslenen kişiyle ilgilenir.
● Elleri, örtüsü ve elbisesi ile oynar.	● Annesini ya da biberonu görünce heyecanlanır.
● Ayakta tutulunca basmaya çalışır.	● Objeleri gözüyle takip eder.
● Sırtüstü yatarken yan dönebilir.	● Sizin konuşmalarınıza, kendine özgü cevaplar verir.

5. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Rota Aşısı : (İshal Aşısı)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Koltuk altından tutulunca yürüme hareketleri yapar.	● Sesleri ayırt etmeye başlar.
● Hafif destekle kucakta oturabilir.	● İsmi söylenince bakar.
● Yerden ya da elinizden destek alırsa zıplar.	● Zil sesine başını çevirir.
● İstediği her yöne rahatlıkla dönebilir.	● Agulama başlamıştır.
● Uzandığı eşyayı elleriyle yakalayabilir.	● İlgi çekmek için özel sesler çıkarır.

6. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

DaPT-İPA-HİB
(5'li Karma Aşı)
(Difteri, Aselüler Boğmaca, Tetanoz
İnaktif Polio, Hemofilüs İnfluenza
Tip B Aşısı)

Hepatit B : (B Tipi Sarılık)
OPV : (Oral Polio= Ağızdan Felç Aşısı)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Sırtüstü yatarken amaçlı olarak yüzükoyun dönebilir.	● Yüksek sesle güler.
● Desteksiz oturabilir.	● Her şeyi ağzına götürür.
● Eşyaları bir elinden, diğer eline geçirir.	● Diğer bebekleri taklit eder.
● Ayakta tutulunca basmaya çalışır.	● Basit heceleri tekrarlar.
● Diş çıkartabilir.	● El çırpma, yüzünü saklama gibi oyunlar hoşuna gider.

7. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Desteksiz oturabilir.	● Yabancılardan korkmaya başlar.
● Dik tutulduğunda bacakları üzerine ağırlık verebilir.	● Ba-ba, da-da, ga-ga gibi sesler çıkartır.
● Yüzükoyun yatarken oturur duruma geçebilir.	● Oyuncağını elinden aldığınızda kızar.
● Bir elindeki eşyayı diğer eline geçirebilir.	● Bilinçsizce anne, baba sesleri çıkarabilir.
● Diş çıkartabilir.	● Baş baş, ce eee oyunları hoşuna gider.

8. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Yorulmadan uzun süreli oturabilir.	● İlgi çekmeyi sever.
● Doğrulup ayağa kalkmaya çalışır.	● Sevginize, kahkaha ile yanıt verir.
● Baş ve işaret parmağını kullanarak herhangi bir eşyayı tutabilir.	● Hoşuna giden ilişki, kesilince kızar.
● Emekleme başlayabilir.	● Kucağı sever, kollarını size uzatır.
● İki elinde eşya var iken birini bırakıp üçüncüsünü almaya çalışır.	● Mimiklerinizdeki değişiklikleri anlar.

9. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Emekleyebilir. Elinden tutulunca yürüyebilir.	● Sesleri taklit eder.
● Tutunarak ayağa kalkabilir. Ayakta durmayı sever.	● Tek heceli sözcükler artmıştır. (mama, dada, attaa...)
● Sırtüstü yatarken oturur pozisyonuna geçebilir.	● Size iyice bağlanmıştır,hep gözünün önünde olun ister.
● Oyuncakları açık bir kutunun içerisine koyabilir.	● Görmediği objelerin var olduğunun farkına varır.
● Bardaktan su içebilir.	● Tek heceli kelimeler söyleyebilir.

10. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Uzun süreli oturabilir.	● İsmiyle çağrılınca reaksiyon verir.
● Oturduğu yerden ayağa kalkıp tekrar oturabilir.	● Reaksiyonunuzu anlamak için yüzünüze bakar.
● Destekle ayakta durur.	● "Yapma" emrini anlar ama bundan hiç hoşlanmaz.
● Baş ve işaret parmağıyla eşyaları tutar.	● Saklanan eşyaları arar bulunca da çok sevinir.
● Elindeki eşyayı yere atar, yerdeki oyuncağı alır.	● El sallar, öpücük verir.

11. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Elinden tutulunca bazen de kendi başına yürüyebilir.	● Eşyaların özellikleri arasında ilişki kurmaya çalışır.
● Çok hareketlidir, evin her yerinde karşınıza çıkabilir.	● Aynı anda iki değişik yere konsantre olabilir.
● Çeşitli eşyaları, açık kaplar içerisine koymaya çalışır.	● El çırpar, oyunlar oynar.
● Çorap ve patiklerini çıkarmaya çalışır.	● Kendince bir konuşma dili geliştirmiştir.
● Vücut kısımlarını gösterir (kulak, burun, göz gibi)	● İstediklerini ağlamadan gösterir.

12. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

KKK (Kızamık, Kızamıkçık, Kabakulak)
VARİCELLA (Suçiçeği)
KPA (Konjuge Pnömokok - Zatürre)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Rahatlıkla yürüyebilir.	● 2-3 kelimeyi bilinçli olarak söyler (mama, baba, su gibi).
● Ayakta iken yerdeki oyuncağı almak için eğilir.	● Yabancıları yadırgar.
● Elindeki eşyayı istediğiniz zaman size verir.	● Parkta oynayan çocukların arasına karışmak ister.
● Emekleyerek merdiven çıkabilir.	● Resimli kitaplara bakmaktan hoşlanır, kitapların sayfalarını çevirir.
● Sizinle karşılıklı top oynayabilir.	● "Hayır" sözcüğüne tepkisi artmıştır.

14. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

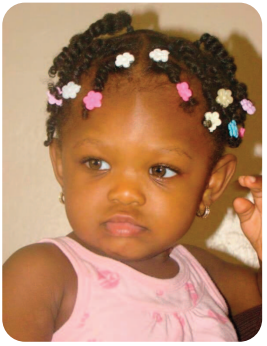
Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Rahatlıkla yürüyebilir.	● 4-6 kelime söyleyebilir.
● Oturduğu yerden yardımsız ayağa kalkabilir.	● Kitap sayfalarını çevirebilir.
● Topa tekme vurabilir.	● Kağıt ve kalem tutmaktan hoşlanır.
● Öğretildiğinde 2 küple kule yapar.	● Saçını, gözünü, kulağını, burnunu, kol ve bacaklarını gösterebilir.
● Merdivenleri el ve ayaklarının yardımıyla tırmanabilir.	● Bildiği bir eşyanın ismini söyleyebilir.

16. AY İZLEMİ



Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Yardımsız diz çöker.	● 7-8 kelimeyi anlayarak söyleyebilir.
● Emekleyerek merdiven iner.	● Hikaye dinler.
● Düğmeleri, şişenin içine koyabilir ve şişenin içindekilerini almaya çalışabilir.	● Müzik sesleri hoşuna gider ve kendisi de bu sesleri tekrarlar.
● Kaşığı, ağzına götürerek kendini besleyebilir.	● İstediklerini işaretle belli eder.
● İsmini söylediğiniz eşyayı, diğer odadan getirir.	● Acıktığını, susadığını bazen de çişini söyler.

18. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

DaPT-İPA-HİB
(5'li Karma Aşı)
(Difteri, Aselüler Boğmaca,Tetanoz
İnaktif Polio, Hemofilüs
İnfluenza Tip B Aşısı)

HEPATİT A AŞISI
(A Tipi Sarılık)

OPV
(Oral Polio-Ağızdan Felç Aşısı)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Rahatlıkla koşabilir.	● 7-20 arasında kelime bilir.
● Ayakta iken oyuncağını fırlatabilir.	● Tüm vücut birimlerini bilir ve bu birimleri eliyle gösterir.
● Alçak sandalyeye oturur, büyüğüne tırmanabilir.	● Resimlerdeki kedi, köpek, kuş gibi hayvanları tanır, bu hayvanların isimlerini söyleyebilir.
● Kaşığını doldurarak kendisi yemeğini yiyebilir.	● Diğer çocuklarla oyun oynayabilir.
● 3 küpü üst üste koyabilir.	● Sizleri taklit eder.

20. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Düz bir çizgi üzerinde yürüyebilir.	● 1-2 kelimelik cümle kurabilir.
● Koşarken dur, dediğinizde durur.	● Kaşıkla kendini besleyebilir.
● Çekmeceleri, dolapları ve kapalı yerleri karıştırmayı çok sever.	● Kalemle kendine özgü şekiller çizer.
● Yer süpürme, toz alma gibi hareketlerinizi taklit eder.	● Her şeyin anlamını sorar.
● Sizinle karşılıklı top oynar.	● Kitabın sayfalarını çevirirken kendine özgü sesler çıkartır.

22. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Çok rahat koşar, zıplar, atlar, tırmanır.	● 2-3 kelimelik cümle kurabilir.
● Topu tekme ile hedefe gönderebilir.	● Kelime haznesi 30-40 olabilir.
● 6 küpü üst üste koyabilir.	● Kullandığı kelimelerden daha fazlasını anlar.
● Yaratıcıdır; hamurdan top, küplerden kule yapabilir.	● Paylaşmayı bilmez, her şeyin kendisine ait olduğunu zanneder.
● Ayakkabılarını ve pantolonunu çıkartabilir.	● Kolay kızar, sabırsızdır; öfke nöbetlerine hazır olun.

24. AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

HEPATİT A AŞISI (A Tipi Sarılık Aşısı)

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Parmak ucunda yürüyebilir.	● 3-4 kelimelik cümleler kurabilir, sürekli sorular sorar.
● Çatal ve kaşığı güzelce tutabilir.	● Büyük ve küçük tuvaletini haber verir.
● 8-10 küpü üst üste koyabilir.	● Masal dinlemekten hoşlanır hatta kendisi de hikayeler uydurur.
● Kitap yapraklarını teker teker çevirebilir.	● Her şeyi kendi istediği gibi yapmak ister.
● Kapı tokmağını çevirebilir.	● Ben, sen ve biz kavramlarını anlar ve çoğunlukla bu kavramları doğru kullanır.

2 YAŞ 3 AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Sıçrayabilir.	● 4-5 kelimelik cümleler kurabilir.
● Yürüme, koşma, tırmanma gibi becerileri çok gelişmiştir.	● 5'e kadar sayabilir.
● Topu başının üzerinden fırlatabilir.	● Adını ve soyadını söyleyebilir.
● Hafif yardımla soyunabilir.	● Renkleri ayırt etmeye başlar.
● Düğmeleri çözebilir.	● Kendisi tuvalete gidebilir.

2.5 YAŞ İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Üç tekerlekli bisiklete binebilir.	● Kendine özgü şarkılar, şiirler söyler.
● Salıncakta sallanmayı sever.	● Renkleri ayırt etmeye başlar.
● Düğmeleri çözebilir.	● 10'a kadar sayabilir.
● Kalemle yatay ve düşey çizgiler çizebilir.	● Ev işlerinde annesine yardımcı olmaktan hoşlanır.
● Yüksekten atlar.	● Eşyaları yerlerine koyar, bazı eşyaları saklayabilir.

2 YAŞ 9 AY İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Daha yükseklere sıçrayabilir.	● Basit şarkıları, şiirleri, tekerlemeleri söyleyebilir.
● Tek ayak üstünde bir süre durabilir.	● Harfleri, sayıları öğrenmeye başlar.
● Hızlıca koşabilir.	● Hayal gücü çok gelişmiştir. Senaryolar yazar ve bu senaryoları oynar.
● Merdivenleri ayaklarını sıra ile kullanarak rahatlıkla çıkabilir.	● Günlük olayları anlatır.
● Salıncakta kendisi sallanabilir.	● Tüm renkleri rahatça tanır.

3. YAŞ İZLEMİ

Muayene Tarihi :

Yakınma :

Ağırlık (kg.) :

Boy (cm) :

Baş Çevresi (cm) :

Fizik Muayene Bulguları :

Tanı :

Beslenme :

Öneriler :

Kullanılan İlaçlar :

Aşılar :

Fiziksel Gelişim	Görsel - Bilişsel Gelişim
● Hızlı bir şekilde koşabilir, ayak parmakları üzerinde durabilir.	● Adını, soyadını, anne ve baba adını söyleyebilir.
● Üç tekerlekli bisikletle uzun mesafeler gidebilir.	● Karışık yapbozları birleştirebilir.
● Oyun hamurundan top yapabilir.	● Arkadaşlarıyla oyuncaklarını paylaşır.
● Kalemi, büyüklere benzer şekilde tutabilir.	● Oyun kurar ve arkadaşlarıyla uzun süreli oyunlar oynayabilir.
● Kalemle çeşitli resimler yapabilir. Kapalı şekil, daire çizebilir.	● Düzeni sever ve odasını toplar.

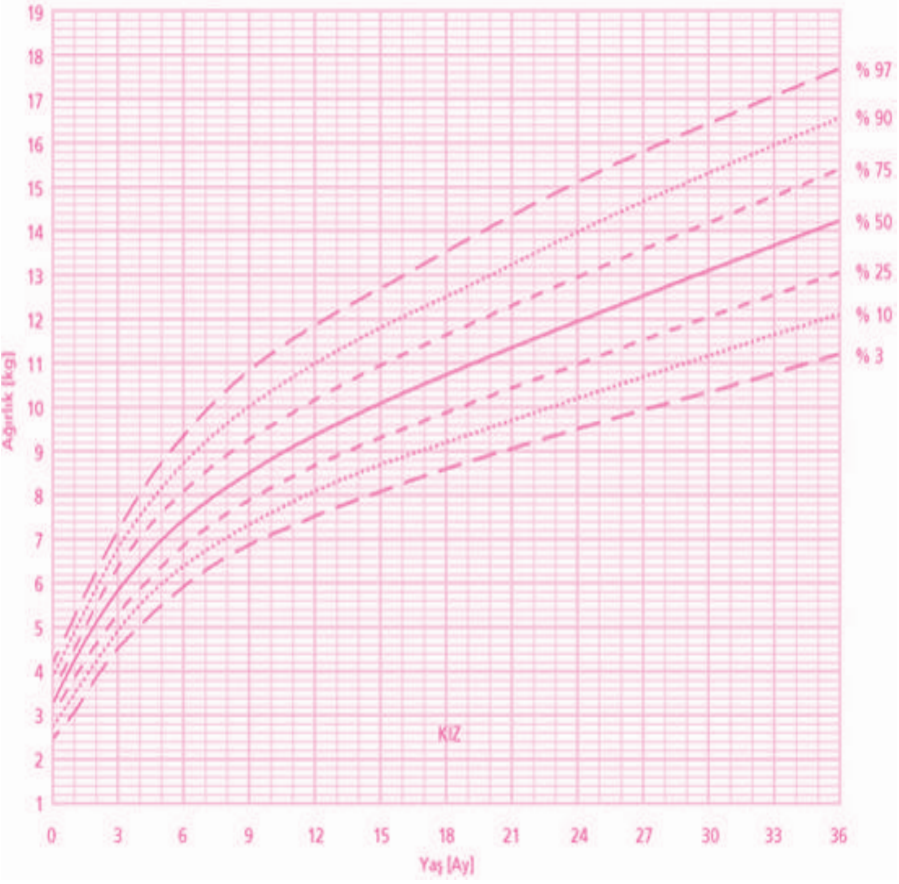
MUAYENE BİLGİLERİ

Tarih	Yaş	Ağırlık (Kg.)	Boy (Cm.)	Baş Çev.	Tanı	Tedavi

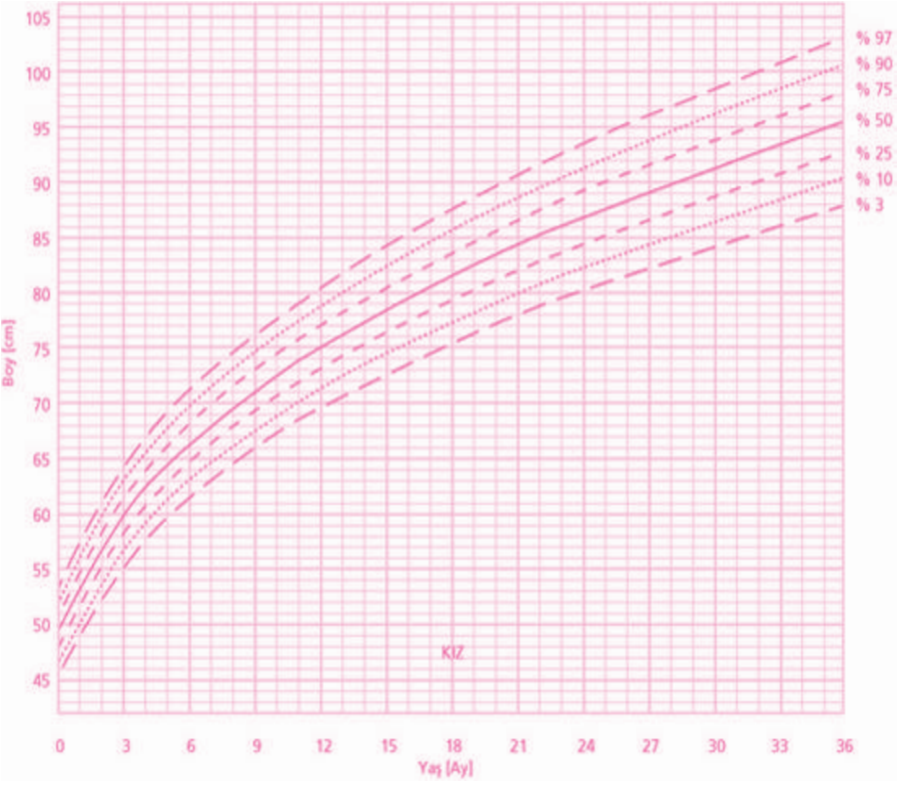
MUAYENE BİLGİLERİ

Tarih	Yaş	Ağırlık (Kg.)	Boy (Cm.)	Baş Çev.	Tanı	Tedavi

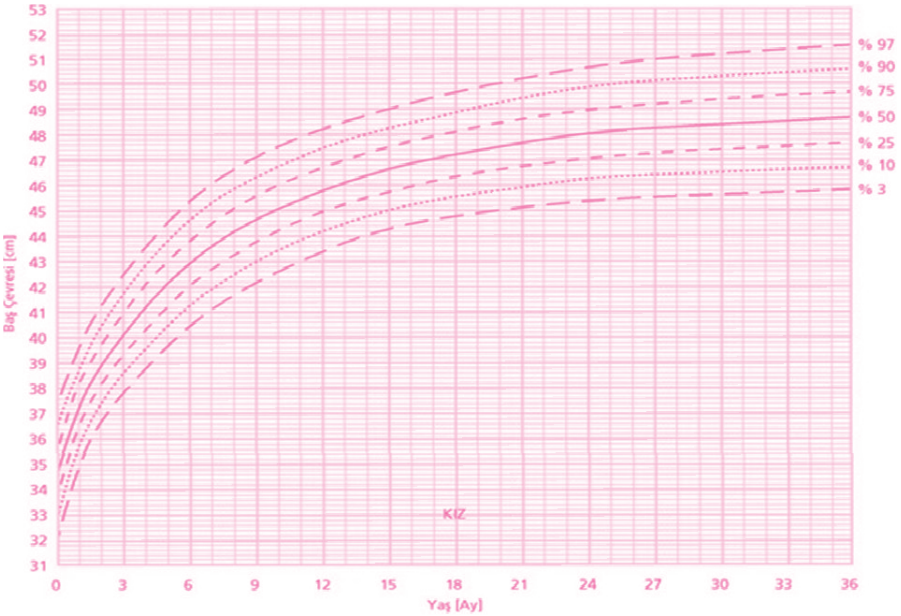
0-3 Yaş Kız Çocuklarında Vücut Ağırlığı Persentil Eğrileri



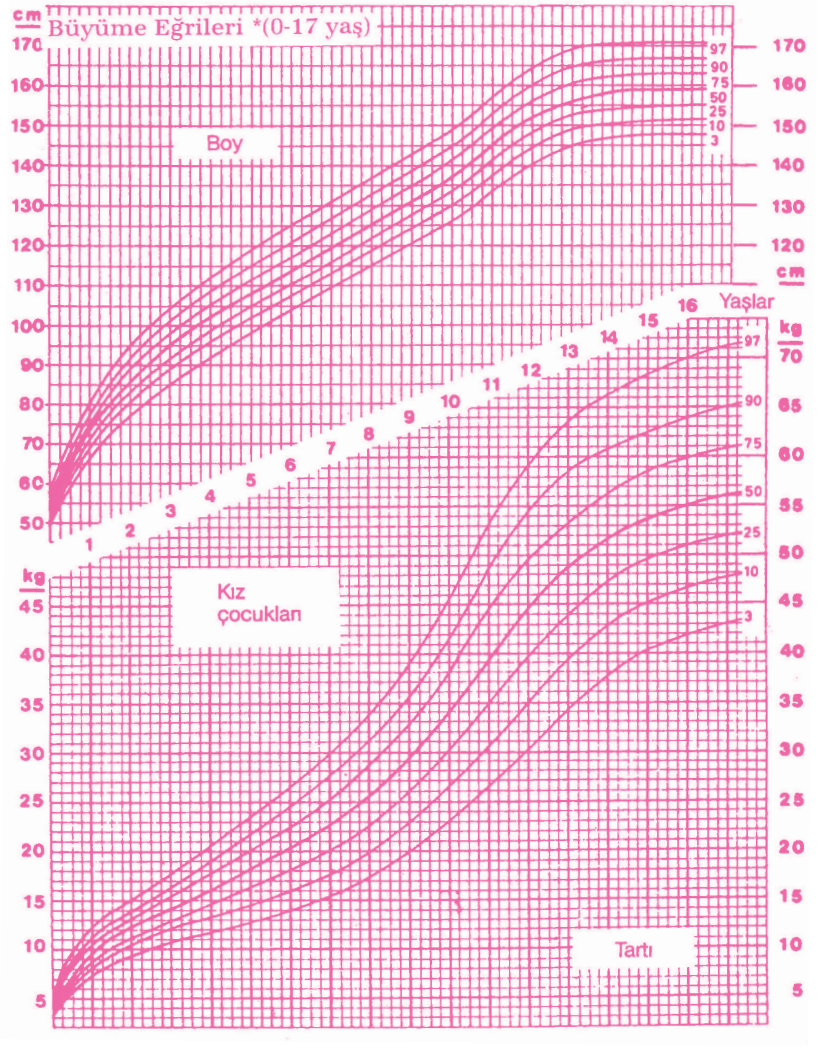
0-3 Yaş Kız Çocuklarında Boy Uzunluğu Persentil Eğrileri



0-3 Yaş Kız Çocuklarında Baş Çevresi Persentil Eğrileri



0-17 YAŞ KIZ ÇOCUKLARI BÜYÜME EĞRİLERİ



KIZ ÇOCUK GELİŞİM TABLOSU

Yaş	Ölçüm	3.p	10.p	25.p	50.p	75.p	90.p	97.p
Doğum	Tartı(Kg)	2,58	2,85	3,13	3,43	3,73	4,00	4,27
	Boy(Cm)	45,9	47,2	48,5	50,0	51,5	52,9	54,2
	Baş çevresi(Cm)	32,3	33,2	34,0	34,9	35,9	36,7	37,5
3 ay	Tartı(Kg)	4,75	5,26	5,79	6,38	6,99	7,54	8,10
	Boy(Cm)	56,2	57,8	59,5	61,3	63,2	64,8	66,4
	Baş çevresi(Cm)	38,5	39,3	40,2	41,1	42,0	42,8	43,7
6 ay	Tartı(Kg)	6,21	6,79	7,41	8,12	8,85	9,54	10,25
	Boy(Cm)	62,8	64,5	66,2	68,0	69,9	71,6	73,2
	Baş çevresi(Cm)	41,3	42,2	43,1	44,0	45,0	45,9	46,7
9 ay	Tartı(Kg)	7,27	7,87	8,51	9,26	10,06	10,81	11,58
	Boy(Cm)	67,4	69,1	70,9	72,8	74,7	76,4	78,1
	Baş çevresi(Cm)	43,1	44,0	44,9	45,8	46,8	47,7	48,6
12 ay	Tartı(Kg)	7,96	8,61	9,32	10,16	11,05	11,92	12,82
	Boy(Cm)	70,8	72,7	74,7	76,9	79,1	81,1	83,0
	Baş çevresi(Cm)	44,3	45,2	46,1	47,1	48,0	48,9	49,8
15 ay	Tartı(Kg)	8,61	9,28	10,01	10,89	11,83	12,75	13,72
	Boy(Cm)	73,8	75,8	77,9	80,2	82,5	84,5	86,6
	Baş çevresi(Cm)	45,0	45,9	46,8	47,8	48,8	49,7	50,6
18 ay	Tartı(Kg)	9,13	9,82	10,58	11,49	12,48	13,46	14,49
	Boy(Cm)	76,4	78,5	80,7	83,1	85,5	87,7	89,8
	Baş çevresi(Cm)	45,6	46,5	47,4	48,4	49,4	50,3	51,2
2 yaş	Tartı(Kg)	10,12	10,85	11,66	12,66	13,76	14,86	16,05
	Boy(Cm)	81,0	83,3	85,6	88,2	90,8	93,2	95,5
	Baş çevresi(Cm)	46,4	47,3	48,3	49,3	50,3	51,2	52,1
2,5 yaş	Tartı(Kg)	11,06	11,84	12,71	13,80	15,04	16,29	17,69
	Boy(Cm)	85,3	87,6	90,0	92,6	95,3	97,6	100,0
	Baş çevresi(Cm)	46,9	47,8	48,8	49,8	50,8	51,8	52,7
3 yaş	Tartı(Kg)	11,81	12,65	13,61	14,83	16,24	17,71	19,39
	Boy(Cm)	89,3	91,7	94,1	96,8	99,4	101,8	104,2
	Baş çevresi(Cm)	47,1	48,0	49,0	50,0	51,1	52,0	52,9

AŞI ÇİZELGESİ

AŞILAR	TARİH	YAŞ	AŞI BARKODU
HEPATİT B (B TİPİ SARILIK)			
DaPT-İPA-HİB (5'li Karma Aşı) (Difteri, Aselüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio, Hemofilüs İnfluenza Tip B Aşısı)			
KPA (ZATÜRRE) (Konjuge Pnömokok Aşısı)			
BCG (VEREM)			
KKK (KIZAMIK, KIZAMIKÇIK, KABAKULAK)			
SU ÇİÇEĞİ (VARİCELLA)			
HEPATİT A (A TİPİ SARILIK)			
OPA (Çocuk Felci Aşısı) (Oral Polio)			
DaBT-İPA (Difteri, Aselüler Boğmaca, Tetanoz, İnaktif Polio)			
Erişkin DT (Erişkin Difteri, Tetanoz)			

AŞI ÇİZELGESİ

AŞILAR	TARİH	YAŞ	AŞI BARKODU
ROTAVİRÜS AŞISI (AĞIZDAN CANLI İSHAL AŞISI)			
MENİNGOKOK TİP A,C,W,Y AŞISI			
MENİNGOKOK TİP B AŞISI			
HUMAN POPİLLOMA VİRÜS AŞISI (HPV AŞISI)			

AŞILAR : Enfeksiyon hastalıkları, çocuklarda en sık görülen ve en ağır sağlık problemlerine neden olan hastalıklar arasındadır. Bunların büyük bir çoğunluğundan ise aşı ile korunmak olanaklıdır. Aşının yan etkileri, enfeksiyon hastalıklarının oluşturduğu olumsuz etkilerden çok daha hafiftir ve çok daha az görülür.

Aşıyla önlenebilir hastalıklarda, hiçbir çocuğun hasta olmaması esastır. Çocuklar için geliştirilen ve etkinliği kanıtlanmış olan tüm aşılar, bütün çocuklara uygulanmalıdır. Çocuğunuzun sağlıklı büyümesi için onu aşılatmayı ihmal etmeyiniz ve çocuğunuzu zamanında aşılatınız. Aşı randevularınızı aksatmayınız.

Aşılardan sonra genelde önemli bir sağlık problemi görülmez. Ancak bazı aşılardan sonra (özellikle beşli karma aşılarında) aşı yerinde hafif bir ağrı, şişlik, kızarıklık, sıcaklık olabilir. O bölgeye soğuk uygulaması yapabilir, Alkollü ya da kolonyalı pamuk da uygulayabilirsiniz. Yine bazı aşılardan sonra (özellikle beşli karma aşılarında) 24-48 bazen de 72 saat süre ile 38-38,5-39 derece dolaylarına yükselen hafif bir ateş, huysuzluk, huzursuzluk, kırgınlık, iştahsızlık, ishal görülebilir. Bu yakınmalar genelde kendiliğinden geçer.

Ateş 39 dereceyi geçip çocuğunuzu aşırı derecede rahatsız ederse Paracetomol ya da İbuprofen cinsi ağrı kesici, ateş düşürücü ilaçlardan birini kullanabilirsiniz. Aşılardan önce ya da sonra rutin olarak ağrı kesici, ateş düşürücü kullanmanız gerekmez. BCG (Verem) aşısından sonra 24-48 saat süre ile banyo yaptırmayınız.

Diğer aşılardan sonra güvenli bir şekilde banyo yaptırmanızda bir sakınca yoktur. Aşılardan sonra çocuğunuzu besleyebilirsiniz.

NOTLAR

NOTLAR