

Препоруке родитељима деце у 2. месецу

ПЕРИОД УСПОСТАВЉАЊА РУТИНЕ
И УСКЛАЂИВАЊА



ПРВИХ
1000
ДАНА

ЗА ЦЕО ЖИВОТ



Република Србија
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА



Република Србија
МИНИСТАРСТВО ПРОСВЕТЕ, НАУКЕ
И ТЕХНОЛОШКОГ РАЗВОЈА



Република Србија
МИНИСТАРСТВО ЗА РАД, ЗАПОШЉАВАЊЕ,
БОРАЧКА И СОЦИЈАЛНА ПИТАЊА

unicef 

Драги родитељи,

Припремили смо за вас најважније савете за развој вашег детета, а наводимо и основне способности и вештине за које се очекује да их дете стекне у овом узрасту.

Одвојте одређено време које ћете посветити сваком члану породице понаособ. Одржавајте контакт са породицом и пријатељима.

Нађите начин како ће и остала ваша деца (безбедно) да вам помажу око бебе, нпр. да је држе за ручицу или да донесу неку ситницу која вам је потребна.

Ваша запажања:

ЗДРАВЉЕ

Водите рачуна о свом здрављу. Поред разноврсне исхране, важно је довољно спавате, да вежбате и да обављате неопходне здравствене прегледе код лекара и стоматолога.

Не пропуштајте превентивне прегледе код педијатра или вакцинацију. У другом месецу живота прима се вакцина против заразне жутице (хепатитис Б). Са пуна два месеца планирајте следећи превентивни преглед и вакцинацију против тешких болести: дечје парализе, дифтерије, великог кашља, тетануса и бактерије *Хемофилус инфлуенце* типа Б.



ИСХРАНА

Наставите да дојите дете када показује да је гладно: отвара и затвара уста, мљацка устима, ставља руке у уста, сиса прсте, узнемирено се врпољи и привија се уз вас, а на крају и заплаче.

Наставите да дајете детету препоручене витамине – 400 и.ј. витамина Д3, а у прва три месеца живота и 0,25 mg витамина К1 (ако је то препоручио педијатар).

Подстичите дете да подригне током пауза у дојењу.

Ако је одојче после подоја сито, а ви и даље у дојкама имате млека, измлазајте се и то млеко сачувајте за каснију употребу (24 сата у фрижидеру, 3 месеца у замрзивачу).

НЕГА И ПОДРШКА РАЗВОЈУ

Одржавајте свакодневну рутину:
храњење, купање, спавање и игра.

КАКО РОДИТЕЉИ ПОДРЖАВАЈУ РАЗВОЈ ДЕТЕТА	СПОСОБНОСТИ И ВЕШТИНЕ КОЈЕ ДЕТЕ СТИЧЕ
Носите дете у рукама, љуљушкајте га, певушите му, причајте, тепајте и често се играјте с њим; обратите пажњу на то шта му прија и шта га смирује. Помозите детету да научи да се смири нпр. да сиса прстиће или своју шаку. Причајте детету изговарајући речи развојно и полако. Када дете производи неки звук, мимиком и гласом покажите узбуђење и поновите тај звук. Понудите детету различите ствари које може да гледа, додирује и држи у руци. Када дете лежи на леђима, држите играчку или звечку изнад његове главе, у нивоу очију, и подстичите га да досегне за њом. Када је дете будно, поставите га на stomачић, а неку играчку јасних боја ставите испред детета и померајте је на једну и на другу страну.	Производи различите звуке када је срећно, узнемирено или гладно. Може накратко и само да се смири (сиса ручицу или прст). Окреће главу према извору звука. Показује да слуша када се загледа у родитеља који говори, успорава покрете, укључује се у игру. Гуче, оглашава се. Прати очима кретање ствари и људи. Показује досаду или заплаче ако се активност не промени. Повремено држи шаке отворене. Воли да посматра своје руке како се покрећу, приноси их устима. Окреће главу на једну, па на другу страну. Прави fine покрете рукама и ногама. У положају на stomаку ослања се подлактицама на подлогу и одупиरे се, одижући главицу.

БЕЗБЕДНО ОКРУЖЕЊЕ И ПОСТУПАЊЕ

Нека ваша кућа и аутомобил буду простор без дуванског дима. Пластичне кесе, балоне и мале предмете (мање од 2,5 cm) држите ван домашаја детета.

У возилима користите специјално сигурносно седиште, које треба да се налази на задњем седишту аутомобила.



ЗНАЦИ УПОЗОРЕЊА

Све што вас брине у вези са развојем детета поделите са педијатром. Обавестите га ако приметите да дете:

- не реагује на гласне звуке,
- не прати ствари које се померају,
- не приноси руке устима,
- не може да одигне главу од подлоге када лежи на стомаку.

сваки
пренуџак
је важан!