













# Trivselskema

SÅDAN KAN DU SE, AT DIT BARN TRIVES

Alder <small>Gælder børn født efter uge 37</small>	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		<b>Amning:</b> 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. <b>Flaskeernæring:</b> Søg vejledning hos sundhedspersonale om mængden af mad					
<b>Nærvær</b> 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.		<b>Dit barn har brug for:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hud mod hud kontakt - både med mor og far</li> <li>• At have øjenkontakt og at blive talt med</li> <li>• Rolige omgivelser</li> <li>• At blive vasket og få skiftet ble</li> <li>• At ligge på maven, når det er vågent</li> </ul> 					
<b>Våde bleer</b> Gennemsnittet af våde bleer over 24 timer	 Mindst 1 ble Eventuelt orange pletter i bleen (urater)	 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				
<b>Trivsel</b> Andre tegn der viser at barnet trives	<b>Dit barn:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Er vågent og opmærksom i korte perioder fx. ved bleskift og under måltider</li> <li>• Virker veltilpas det meste af tiden og kan beroliges ved tæt kontakt</li> <li>• Har normal hudfarve, ikke grå eller bleg</li> <li>• Kan få lidt gulfarvning af huden efter 1. døgn, typisk i ansigtet og på brystet – kaldet gulsot</li> <li>• Taber sig normalt efter fødslen, og dit barn er normalt igen på fødselsvægten efter ca. 2 uger.</li> </ul>							



## 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 døgnet
- Forsøg at fremme barnets søge – og sutterefleks ved at have dit barn hud mod hud ved brystet.
- Sørg for at skabe ro omkring jør
- Forsøg at presse lidt mælk ud til barnet
- Du kan også øge mælkeproduktionen ved at håndudmalke

- 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
- Sundhedsplejerske
- Sundhedsplejens Telefonvagt

## Våde bleer

Dit barn har ikke tisset indenfor de første 24 timer

Dit barn tisser mindre end beskrevet i trivselsskemaet på forsiden

Hvis der er urater

(orange pletter i bleen efter 3. dag)

- Fødestedet
- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt
- 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

- Fødestedet
- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

## 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
- Fødestedet
- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt

Gulsot hos dit barn 14 dage efter fødslen eller senere

- Sundhedsplejersken
- Sundhedsplejens Telefonvagt
- Din egen læge

## 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

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

**7843 4770**

Fødestedet Herning

**7843 4780**

Fødestedet Holstebro

**7020 8018**

Sundhedsplejens Telefonvagt

Sundhedsplejersken (udfyldes ved første besøg)