

BEHANDLAS VARSAMT!



Spädbarn är otroligt starka och samtidigt mycket sköra. Ofta är man ängslig och spänner sig till en början när man håller i sitt nyfödda barn. Syftet med denna broschyr är att ge vägledning om hur du skall handskas med och sköta om din baby på ett tryggt sätt. Av broschyren framgår också varför det är farligt att vara hårdhänt mot barn.

Vad njuter din baby av?



Håll ofta ditt lilla barn i famnen i olika ställningar. Glöm inte att stöda huvudet och nacken.

Låt babyn ligga på mage på ditt bröst.



Kom ihåg att prata med barnet.



Små barn tycker om smekningar och lätt massage.



Använd bärsjale eller bärsjal så kan du ha babyn nära dig samtidigt som du har händerna fria att göra andra saker.



Vad tycker spädbarn inte om?

Att man lyfter och håller upp dem utan att stöda huvudet och nacken.



Att man håller dem med utsträckta armar på avstånd från den egna kroppen. Det känns otryggt för barnet.

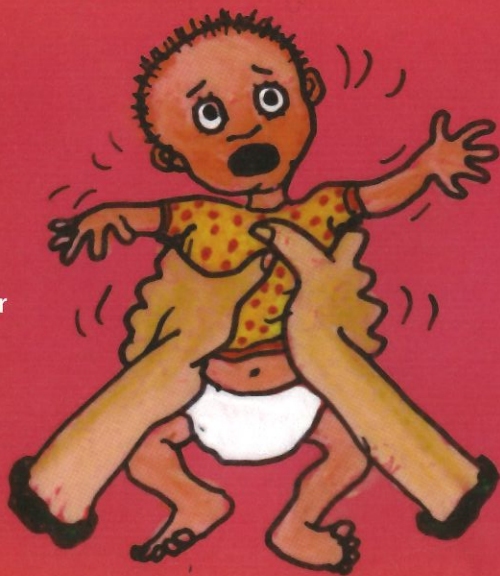


Hårdhänt behandling, våldsamma lekar, plötsliga rörelser och höga ljud.

Varför är det farligt att skaka spädbarn?

Kan skakningar skada äldre barn?

Faran är störst för barn under ett år men skakningar kan förorsaka likadana skador även hos barn i lekåldern.



Spädbarnets huvud är stort och tungt i förhållande till den övriga kroppen och nackmuskulaturen är ännu svag. Vid skakningar rörs huvudet fram och tillbaka mycket snabbt och med stor kraft. Då kan de små blodkärlen i huvudet brista och barnet kan få blödningar i hjärnan och ögonen. Omedelbart efter skakningarna kan babyn vara sömnig, ha dålig aptit, andas oregelbundet, få kramper eller förlora medvetandet. De långsiktiga följderna, bl.a. synskador, inlärningssvårigheter och epileptiska anfall, kan vara allvarliga och bestående. Barnet kan till och med dö till följd av att ha blivit skakat.

Varför händer det att man skakar ett litet barn?

Någon gång kan föräldrar eller annan vårdare tappa besinningen och skaka om babyn när de blir arga eller utmattade, till exempel om babyn skriker mycket eller äter dåligt. Många vet inte hur farligt det är att skaka spädbarn och kan rentav tro att det inte är lika allvarligt som att smälla till barnet.

Kom ihåg att man aldrig får skaka eller slå ett barn. Alla former av hårdhänt behandling av barn är farliga.



Att skaka ett litet barn kan förorsaka allvarliga skador. Normal lek ger inte upphov till skador, tvärtom njuter barnet av lek och av att bli ompysslat.

När du har läst denna broschyr kan du visa den för vänner, barnvakter och alla som vårdar din baby.

Viktiga råd

Om det verkar som om babyn inte andas, skaka inte utan kalla på hjälp



Om skriket förefaller onormalt

Eller om du misstänker att ditt barn är sjukt, be tex sjukvårdsrådgivningen om hjälp eller ring till närmaste sjukhus.



Om det blir för svårt att uthärda barnets skrik

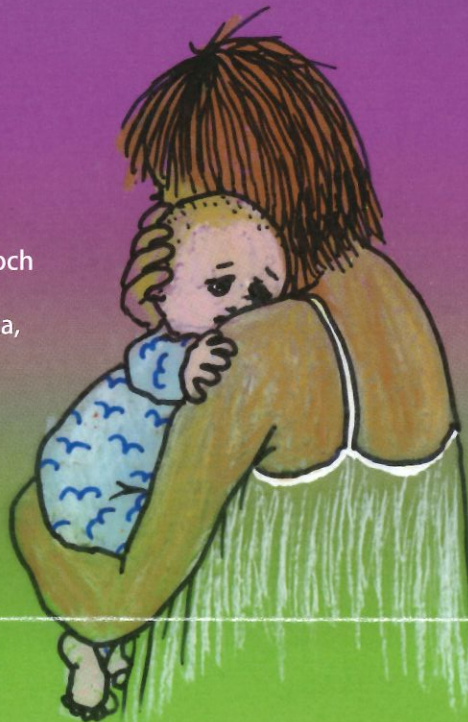
Andas djupt och försök lugna dig. Läg ner babyn på ett säkert underlag. Gå in i ett annat rum och sätt dig några minuter. Hitta på något att göra, lyssna t.ex. på radion eller se på tv så att du kopplar bort tankarna från skriket. Gå tillbaka till barnet när du känner dig lugnare.

- Be om hjälp av någon vän eller släkting.
- Försök undvika att bli arg på babyn eftersom det endast leder till att skriket ökar i styrka.
- Låt det aldrig gå så långt att du blir desperat.
- Be på förhand någon vän eller släkting att vid behov ställa upp. Tala med din BVC-sjuksöterska eller be om råd hos någon av de instanser, som nämns i slutet av broschyren.

Om barnet skriker och skriker

Att gråta är babyns sätt att tala om sina behov och känslor. Om du har tillgodosett dess basbehov (hunger, törst etc.) och babyn fortsätter att gråta, försök följande:

- Gulla med barnet. Gulla betyder inte att skämma bort.
- Gunga babyn till exempel i vagnen.
- Sjung eller spela lugn musik.
- Promenera fram och tillbaka med babyn i famnen eller i bärselen.
- Pröva om din baby lugnar ned sig självmant i sin säng



Om du ändå förlorar fattningen och skakar babyn så vänd dig omedelbart till personalen inom hälso- och sjukvården och be om hjälp. Dröjsmål kan vara ödesdigra.

Var får du hjälp?

Barnsjuksöterskan eller barnläkaren på din barnvårdscentral kan ge dig råd om hur du skall sköta och ta hand om ditt barn. Vid nödfall skall du ringa det allmänna alarmnumret 112 eller åka till sjukhuset med ditt barn. Även socialtjänsten kan erbjuda stöd för familjer som har behov av hjälp. Se närmare kontaktuppgifter i telefonkatalogen.



Kontaktuppgifter:
Barnskyddsteamet Mio: mio@karolinska.se