

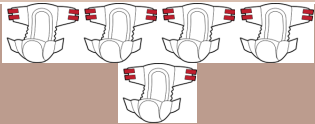
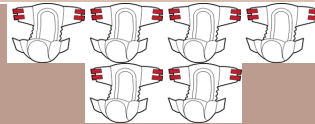


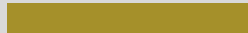



Trivselsskema – sådan kan du se, at dit barn trives

Alder	1. døgn	2. døgn	3. døgn	4. døgn	5. døgn	6. døgn	7. døgn	8. døgn	
Kontakt		Barselsafsnittet eller Ammeambulatoriet				Efter første kontakt med sundhedsplejen: Sundhedsplejen eller 1813			
Mælk	Fri adgang til brystet, ligger hud mod hud og sutter efter behov		Amning: fri adgang til brystet, hud mod hud, lad barnet sutte så ofte og længe det lyster. Mindst 8-12 gange i døgn. Barnet sutter aktivt, vedvarende, og laver synkelyde, når mælken er løbet til. Flaske: spørg sundhedspersonalet om døgnbehov, type af erstatning, mv. Husk hud mod hud.						
Nærvær	Tæt og nær kontakt til barnet er særlig vigtig i de første dage, hvor barnet omstiller sig fra livet i livmoderen til livet udenfor. Dit barn har brug for: <ul style="list-style-type: none"> • hud mod hud kontakt • øjenkontakt og at blive talt med • rolige omgivelser • at ligge på maven når det er vågent • at blive vasket og få skiftet ble efter behov 								
Våde bleer	 Mindst 1 ble indenfor første 24 timer Orange pletter (urater) er normalt		 Mindst 3 bleer Bleen føles tungere end den første dag	 Mindst 5 tunge bleer	 Mindst 6 tunge bleer				
Afføringsbleer	Første afføring indenfor 48 timer		Der er stor forskel på afføringshyppigheden hos nyfødte ammende børn. Mellem 1 ble hver 4.-7. dag til 10 bleer på 1. døgn. Flaskeernærede børn skal have afføring hver dag.						
Afføring Farve og konsistens	 Sort, brun eller mørkegrøn afføring – klistret og tyktflydende		 Lysere og mere grønlig		 Gul/grøn afføring		 Gul afføring og syrlig lugt. Blød konsistens, kan være grynet.		
Trivsel	Trivselstegn hos barnet: <ul style="list-style-type: none"> • vågen og opmærksom i korte perioder, fx ved bleskift og under måltider • virker veltilpas det meste af tiden og kan beroliges ved tæt kontakt og rolig snak • har normal hudfarve, ikke grå eller bleg. Kan få lidt gulfarvning af huden efter 1. døgn, typisk på ansigtet og på brystet – kaldet gulsot. • taber sig normalt efter fødslen, dit barn er normalt tilbage på fødselsvægten efter ca. 2 uger. 								
Sovestilling	•	<ul style="list-style-type: none"> • læg altid barnet til at sove på ryggen • undgå at barnet udsættes for tobaksrøg • undgå at barnet får det for varmt, når det sover. Se pjecen "Forebyg vuggedød" på SST.dk 							

Trivselsskemaet er udarbejdet af Fødeafdelingen Hvidovre Hospital med inspiration fra fødestederne Holstebro og Herning (2021)

Trivselsskema – sådan kan du se, at dit barn trives

Vær opmærksom på	Det kan du gøre	Her kan du få hjælp	
Måltider Det første døgn: tilbyd fri adgang til brystet og læg barnet hud mod hud. Dag 2-7: hvis barnet spiser mindre end 8 gange i døgnnet	<ul style="list-style-type: none"> Læg barnet hyppigere til, gerne 8-12 gange i døgnnet Forsøge at fremme barnets søge- og suttereфлекs ved at have barnet hud mod hud ved brystet Sørge for at skabe ro Forsøge at presse lidt mælk ud til barnet Håndudmalke Få råd og vejledning hos sundhedspersonale 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet Sundhedsplejersken Ammeambulatoriet 	
Nærvær Fordele ved hud mod hud: <ul style="list-style-type: none"> Dit barn bruger mindre energi fra depoterne Har mere stabil temperatur Græder mindre Spiser oftere Bedre tilknytning 	Når du ligger hud mod hud med dit barn er det kun nødvendigt at give dit barn en ble på. Læg det ind til brystet og tag en dyne omkring jer begge	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet Sundhedsplejersken 	
Våde bleer <ul style="list-style-type: none"> Dit barn har ikke tisset indenfor de første 24 timer Hvis der er urater efter 3. dag Dit barn tisser mindre end beskrevet på Trivselsskemaet side 1 	<ul style="list-style-type: none"> Kontakt barselsafsnittet 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet 	
Afføring <ul style="list-style-type: none"> Dit barn har ikke haft afføring inden for de første 48 timer Dit barn har færre afføringer eller afføring har en anden farve end beskrevet i trivselsskema side 1 	<ul style="list-style-type: none"> Læg dit barn hyppigere til, gerne 8-12 gange i døgnnet Læg dit barn til begge bryster under hver amning Sikre dig, at dit barn har rigtigt fat på brystet. Ved tvivl søg hjælp 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet Sundhedsplejersken 	
Afføring <ul style="list-style-type: none"> Dit barn har ikke haft afføring inden for de første 48 timer Dit barn har færre afføringer eller afføring har en anden farve end beskrevet i trivselsskema side 1 	<ul style="list-style-type: none"> Kontakt barselsafsnittet 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet 	
Afføring <ul style="list-style-type: none"> Dit barn har færre afføringer eller afføring har en anden farve end beskrevet i trivselsskema side 1 	<ul style="list-style-type: none"> Læg dit barn hyppigere til, gerne 8-12 gange i døgnnet Læg dit barn til begge bryster under hver amning Sikre dig, at dit barn sutter aktivt, vedvarende og laver synkelyde 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet Sundhedsplejersken 	
Gulsot <ul style="list-style-type: none"> Dit barn bliver gult indenfor de første 24 timer Gulsot hos dit barn efter 24 timer samtidigt med, at barnet er sløvt, skal vækkes til måltider og falder hurtigt i søvn under måltidet 	<ul style="list-style-type: none"> Kontakt barselsafsnittet 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet 	
Gulsot <ul style="list-style-type: none"> Dit barn bliver gult indenfor de første 24 timer Gulsot hos dit barn efter 24 timer samtidigt med, at barnet er sløvt, skal vækkes til måltider og falder hurtigt i søvn under måltidet 	<ul style="list-style-type: none"> Opsøg råd og vejledning Læg dit barn hyppigere til, gerne 8-12 gange i døgnnet 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet Sundhedsplejersken Egen læge 	
Trivsel <ul style="list-style-type: none"> Dit barn er vedvarende uroligt, grædende og svær at trøste Dit barn viser tegn på ikke at have det godt Dit barn er ikke interesseret i at sutte eller sløv 	<ul style="list-style-type: none"> Forsøg at opfylde dit barns behov for mad, bleskift, søvn, ro og tæt kontakt Søg råd og vejledning hos sundhedspersonale 	<ul style="list-style-type: none"> Barselsafsnittet Sundhedsplejen Din egen læge Lægevagten 	
Barselsafsnittet 38 62 24 10	Ammeambulatoriet 38 62 34 34	Akutnummer 1813	Sundhedsplejen