

# Trivselsskema

SÅDAN KAN DU SE, AT DIT BARN TRIVES

		UGE 1						
		1 DAG	2 DAG	3 DAG	4 DAG	5 DAG	6 DAG	7 DAG
<b>Alder</b> Gælder børn født efter uge 37								
<b>Mælk</b> Mælk til barnet	Mindst 4-5 gange i døgnet	Amning: 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 løbet til	Flaskeernæring: 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	Dit barn har brug for: <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 2 bleer Eventuelt orange pletter i bleen (urater)	Mindst 3 bleer i døgnet Bleer føles tungere end de første dage	Mindst 4 bleer i døgnet	Mindst 5 tunge bleer i døgnet	Mindst 6 tunge bleer i døgnet		
<b>Afføringsbleer</b> Gennemsnittet af afføringsbleer over 24 timer	Mindst 1 ble	Mindst 2 bleer	Mindst 3 bleer	Mindst 4 bleer	Mindst 5 tunge bleer i døgnet	Mindst 6 tunge bleer i døgnet		
<b>Afføring</b> Farve og konsistens på barnets afføring	Sort, brun eller mørk grøn afføring - Klisset og tykflydende	Lysere og mere grønlig afføring	Lysere og mere grønlig afføring	Skiftet til gul/grøn afføring	Skiftet til gul/grøn afføring	Gul afføring og sylrig lugt Blød konsistens - kan være grynet		
<b>Trivsel</b> Andre tegn der viser at barnet trives		Dit barn: <ul style="list-style-type: none"><li>Er vågen og opmærksom i korte perioder fx. ved bleskift og under måltider</li><li>Virker veltipas det meste af tiden og kan beroliges ved tæt kontakt</li><li>Har normal hudfarve, ikke grå eller bleg</li><li>Kan få lidt gulifarvning af huden efter 1. døgn, typisk i ansigtet og på brystet – kaldet gulsot</li><li>Taber sig normalt efter fødslen. De fleste børn har nået deres fødselsvægt ca. 1 uge efter fødslen</li></ul>						

ER DU I TVIVL OM  
DIT BARN TRIVES?

## 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 sutrefleks ved at have dit barn hud mod hud ved brystet.
- Sørg for at skabe ro omkring jer
- Forsøg at presse lidt mælk ud til barnet
- Du kan også øge mælkeproduktionen ved at håndudmalke

- Barselsklinikken
- Sundhedsplejersken

## Nærvær

Fordelene ved den tætte hud mod hud kontakt

- Dit barn bruger mindre energi fra deponerne
- Har mere stabil temperatur
- Græder mindre
- Spiser oftere
- Du lærer dit barn bedre at kende

- Når du ligger hud mod hud med dit barn, er det kun nødvendigt at give barnet en ble på. Læg det ind til brystet og tag en dyne omkring jer begge

- Barselsklinikken
- Sundhedsplejersken

## Våde bleer

Dit barn har ikke tisset indenfor de første 24 timer

- Kontakt Barselsklinikken

- Barselsklinikken

Dit barn tisser mindre end beskrevet i trivselsskemaet på forsiden

- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgnet
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning

- Barselsklinikken
- Sundhedsplejersken

Hvis der er orange pletter i bleen efter 3. dag

- Sikre dig, at dit barn sutter aktivt, vedvarende og at du hører synkelyde
- Opsøg gerne råd og vejledning hos sundhedspersonale

- Barselsklinikken
- Sundhedsplejersken

## Afføring

Dit barn har ikke haft afføring indenfor de første 24 timer

- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgnet
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning
- Sikre dig, at dit barn sutter aktivt, vedvarende og at du hører synkelyde
- Opsøg gerne råd og vejledning hos sundhedspersonale

- Barselsklinikken

Dit barn har færre afføringer eller afføringen har en anden farve end beskrevet i trivselsskemaet på forsiden

- Barselsklinikken
- Sundhedsplejersken

## Gulsot

Dit barn bliver gult indenfor de første 24 timer

- Kontakt Barselsklinikken straks

- Barselsklinikken

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

- Læg dit barn hyppigere til, gerne 10-12 gange i døgnet
- Læg dit barn til begge bryster under hver amning
- Opsøg råd og vejledning

- Barselsklinikken
- Sundhedsplejersken

Gulsot hos dit barn 14 dage efter fødslen eller senere

- Opsøg råd og vejledning

- Din egen læge

## Trivsel

- Dit barn er vedvarende uroligt og grædende - er svært at trøste
- Dit barn viser tegn på ikke at have det godt
- Dit barn er ikke interesseret i at spise

- Forsøg at opfylde dit barns behov for mad, bleskift, søvn, ro, tæt kontakt
- Søg råd og vejledning hos sundhedspersonale som sammen med dig vil forsøge at finde forklaringer

- Barselsklinikken
- Sundhedsplejersken
- Din egen læge
- Vagtlægen

## Kontakt

**6541 1375**  
Barselsklinikken

Barselsklinikken kan kontaktes døgnet rundt de første 7 dage efter udskrivelse.

Find information i vores app - Mit Sygehus "Nybagte forældre"

Sundhedsplejersken kontakter jer 2-4 dage efter fødslen. Du kan finde sundhedsplejerskens telefonnummer på din kommunes hjemmeside

Hvis du eller jeres barn bliver akut syg, skal I kontakte egen læge eller vagtlægen (7011 0707)