

# Trivselsskema

مخطط للعافية Trivselsskema

كيف ترى أن طفلك في العافية Sådan kan du se at dit barn trives

OUH  
Odense Universitetshospital  
Svendborg Sygehus

اليوم السابع	اليوم السادس	اليوم الخامس	اليوم الرابع	اليوم الثالث	اليوم الثاني	اليوم الاول	الاسبوع الاول
ما لا يقل عن ستة حفاضات ثقيلة يوميا	ما لا يقل عن خمسة حفاضات ثقيلة يوميا	ما لا يقل عن ثلاث حفاضات في اليوم	الحفاضات تصبح أثقل من الأيام الأولى	ما لا يقل عن ثلاث حفاضات في اليوم	حفاضات اثنين على الأقل	حفاضة واحدة على الأقل	على الأقل 4-5 مرات في اليوم
براز أصفر له رائحة حامضة - نسيج لين - قد يكون من محبب	على الأقل أربع حفاضات في اليوم	التحول إلى البراز الأصفر / الأخضر	براز أكثر إشراقا وأكثر اخضراراً	براز أسود أو بني أو أخضر - لزج وسميك	حفاضة واحدة على الأقل	حفاضة واحدة على الأقل	على الأقل 4-5 مرات في اليوم
العافية	علامات أخرى تظهر أن الطفل يزدهر	طفاك:	• مستيقظا ومتنبه لفترات قصيرة، على سبيل المثال خلال الوقت وعند تغيير الحفاضة	• يكون على شكل جيد معظم الوقت ويمكن تهدئته عن طريق التواجد والاتصال الوثيق	• له لون بشرة طبيعية، وليس رماديا أو شاحبا	• قد يحصل على اصفرار صغير للجلد بعد اليوم الأول، عادة في الوجه وعلى الصدر - يسمى البرقان	• يفقد وزن طبيعي بعد الولادة. بعد حوالي أسبوعين، يعود الطفل مرة أخرى إلى وزن المواليد

## حليب

### mælk

- إذا كان طفلك يرضع أقل من 4-5 مرات في اليوم الأول أو أقل من 8 مرات بعد اليوم الأول
- أضيفي طفلك الى صدرك مرات متعددة ، مثل 10 - 12 مرة في اليوم
- حاولي تعزيز عملية رضاعة الطفل عن طريق وضع جلده ضد جلدك عند الصدر
- احرصى على الهدوء من حولك
- حاولي ان تساعد طفلك بضغط القليل من الحليب اليه
- يمكنك أيضاً زيادة إنتاج الحليب عن طريق سحب الحليب من الصدر بواسطة اليد

فوائد وضع طفلك وجلده يلامس جلدك

### hud-mod-hud/nærvær

- يستخدم طفلك طاقة أقل من المستودعات
- لديه درجة حرارة أكثر استقراراً
- يبكي أقل
- يتناول الطعام في كثير من الأحيان
- سوف تتعرفين/تتعرف على طفلك بشكل أفضل
- عندما تضعي طفلك ضد جلدك لا تلبسيه سوى حفاضة. ضعيه عند الصدر و ضعي لحاف من حولكما
- عيادة الولادة
- الممرضة

## حفاضات رطبة

### våde bleer

- لم يكن طفلك يبكي خلال ال 24 ساعة الأولى
- عيادة الولادة
- الولاية عيادة على ات صلي
- يبدو طفلك أقل مما هو موضح في صفحة الغلاف على الصفحة الأمامية
- إذا كانت هناك بقع برتقالية في الحفاض بعد اليوم الثالث
- أضيفي طفلك الى صدرك مرات متعددة ، مثل 10-12 مرة يومياً
- اضيفي طفلك الى الثديين أثناء الرضاعة الطبيعية
- تأكدي من أن طفلك يشفط بنشاط وبشكل متواصل وانك تسمعين انه يبلع الحليب
- المشورة والتوجيه من المتخصصين في الرعاية الصحية
- عيادة الولادة
- الممرضة

## البراز

### afføring

- لم يكن طفلك يخرج البراز خلال ال 24 ساعة الأولى
- لدى طفلك عدد أقل من خروج البراز أو البراز يكون لونه مختلفاً عما هو موصوف في صفحة الغلاف الأمامية
- أضيفي طفلك الى صدرك مرات متعددة ، مثل 10-12 مرة يومياً
- اضيفي طفلك الى الثديين أثناء الرضاعة الطبيعية
- تأكدي من أن طفلك يشفط بنشاط وبشكل متواصل وانك تسمعين انه يبلع الحليب
- المشورة والتوجيه من المتخصصين في الرعاية الصحية
- عيادة الولادة
- الممرضة

## اليرقان

### gulst

- يتحول طفلك إلى اللون الأصفر في غضون ال 24 ساعة الأولى
- اليرقان عند طفلك الذي يزيد عمره عن 24 ساعة في حين أن طفلك يشعر بالنعاس وتضطرين الى ايقاظه لاخت الوجبة وينام بسرعة خلال الوجبة
- لدى طفلك اليرقان بعد 14 يوماً من الولادة أو بعد ذلك
- اتصلي على عيادة الولادة على الفور
- أضيفي طفلك الى صدرك مرات متعددة ، مثل 10-12 مرة يومياً
- اضيفي طفلك الى الثديين أثناء الرضاعة الطبيعية
- المشورة والتوجيه
- عيادة الولادة
- الممرضة
- طبيبك الخاص

## راحة الطفل

### trivsel

- إن طفلك يشعر بعدم الارتياح والبكاء باستمرار - يصعب عليه الراحة
- يظهر طفلك علامات على عدم القيام بعمل جيد
- طفلك غير مهتم بالأكل
- محاولة تلبية حاجة طفلك للطعام ، وتغيير الفاضات ، والنوم ، والراحة ، واشعاره بالقرب
- ابحتي عن نصائح وتوجيهات من المهنيين الصحيين الذين سيحاولون إيجاد الإيضاحات
- عيادة الولادة
- الممرضة
- طبيبك الخاص
- الخدمات الطبية الطارئة

## اتصال

### Barselsklinikken

عيادة الولادة 6541 1375

إذا أصبت أنت أو طفلك بمرض حاد أو مفاجئ ، فاستشيري طبيبك الخاص أو طبيب الطوارئ  
7011 0707

يمكنك العثور على معلومات الاتصال لممارس الرعاية الصحية من خلال زيارة موقع البلدية.

يمكن الاتصال بمستوصف الأمومة 24 ساعة في اليوم خلال الأيام السبعة الأولى بعد الخروج.  
العثور على المعلومات في التطبيق لدينا -  
Mit Sygehus "Nybagte forældre"