



SCAN + PLAY

POUKISA LI ENPÒTAN ANPIL POU KONTE KOUT PYE TI BEBE A BAY

Lè w suiv kout pye ti bebe ki poko fèt la, fason li balanse, fason li woule, palpitasyon ak sekous ti bebe ou pral fè a nan dènye mwa gwosès ou a li kapab yon bon mwayen epi ki yon fason ki pa envazif pou kontwòle sante ak byennèt ti bebe a.

Lè w pran tan chak jou pou kontwòle ak prekosyon kout pye ak lòt mouvman ti bebe ou a li ka ede idantifye pwoblèm sante ki posib yo epi ede evite fè yon ti bebe ki fèt tou mouri.

Mouvman ak modèl

Pifò moun ansent ap kòmanse santi ti bebe yo a bouje pafwa apre 16zyèm semèn gwosès la. Si se premye gwosès ou, li ka rive pita. Si ou te ansent deja, ou ka santi ti bebe ou a bouje pou premye fwa yon ti kras pi bonè. Chak ti bebe diferan epi pa gen yon delè egzak. Bagay ou dwe sonje:

- Nan kòmansman, li ka difisil pou di si se gaz ou santi oswa si ti bebe a ap bouje vreman
- Si ti bebe ou a gen wòkèt, ou ka santi mouvman ki pi regilye epi ki ap repete
- Li ka pran plis tan pou santi mouvman ti bebe a si plasenta a devan matris ou

An jeneral, pifò ti bebe renmen pi aktif nan nwit, depi nan kòmansman dezyèm trimès gwosès ou a. Nan kòmansman twazyèm trimès la, ou ta dwe abitye ak abitud ti bebe ou a genyen tankou:

- Lè yo ap dòmi ak lè yo leve
- Lè yo pi aktif
- Kisa ki estimile aktivite yo

Kilè pou Kòmanse Konte

Enstiti Ameriken Obstetrisyen ak Jinekolojis (American College of Obstetricians and Gynecologists, ACOG) rekòmande fiti paran yo pou kòmanse kontwòle mouvman ti bebe yo a nan kòmansman twazyèm trimès la. Sa vle di 28tyèm semèn gwosès ou a. Si ou gen yon gwosès a gwo risk oswa ou ap pote plis ke yon timoun, ou ap bezwen kòmanse konte kout pye nan apeprè 26 semèn.

Si ou kapab, eseye konte kout pye yo apati menm lè a chak jou. Sa fè li pi fasil pou aprann modèl mouvman regilye tibebe ou a, epi w ap kapab rekonèt nenpòt gwo diferans nan fason li bay kout pye a yon jou pou rive nan yon lòt.

Pi bon moman nan jounen an pou kontwòle kout pye ti bebe ou a se jeneralman lè li pi aktif, jeneralman nan aswè. Pandan jounen an, mouvman regilye ou ap fè yo ede fè ti bebe ou a dòmi. Lè ou poze nan nwit, ti bebe ou a gen plis chans pou li leve epi kòmanse bouje kò l.

Ti bebe yo pa bouje mwens tank ou ap avanse nan dat pou w akouche a — yo senpleman bouje yon fason ki diferan. Yo pral ranplase fason yo konn fè gwo detire epi fè gwo vire pa mouvman ki mwen fatigan pandan w ap avanse nan dat pou w akouche a. Men ta dwe toujou santi menm kantite mouvman yo chak jou.

KIJAN POU KONTE KOUT PYE YO

Lè ti bebe w la ap bouje, suiv direktiv nou bay anba a pou w kapab konte kout pye ti bebe a bay chak jou:



DETANN OU – Chèche yon kote ou alèz pou w chita an silans oswa kouche sou yon bò. Rete konsantre epi eseye pa distrè.



LÈ – Itilize yon ti kanè nòt oswa yon aplikasyon pou kontwòle kout pye, ekri kilè ou te kòmanse ak kantite tan li pran pou santi ti bebe a fè 10 mouvman separe.



KONPARE – Apre sesyon kote ou konte kout pye yo chak jou, konpare rezilta yo avèk sesyon ou te gen anvan yo, gade modèl ki menm jan yo oswa gwo chanjman.



RELE – Si ou remake nenpòt gwo chanjman sou valè tan li pran w pou santi 10 mouvman, rele pwofesyonèl swen sante ou a, epi fè yo konn sa a. Gen lòt tès yo kapab fè pou verifiye sante ti bebe ou a.

Esansyèl la

Chak gwosès epi chak ti bebe diferan. Kòm yon moun ki pral paran, djòb ou se pou konnen kisa ki nòmal pou ti bebe ou a. Lè w kontwòle tan li pran pou ti pitit ou a fè 10 grenn mouvman — nan menm moman an chak jou — li ede ou konnen abitud ki nòmal epi ou kapab rekonèt nenpòt gwo chanjman.

Kwè nan sa lide w di w epi pa ezite rele pwofesyonèl swen sante w si ou remake nenpòt chanjman nan modèl mouvman regilye ki nòmal ti bebe ou a konn fè, oswa si gen yon bagay ki tou senpleman pa sanble nòmal. Li toujou OK pou pèsistan sou swen ou vle resevwa pou kenbe ou menm ak ti bebe ou a an sante.