

Hãy bàn về...

Giúp trẻ sơ sinh thoải mái trong bệnh viện

Việc hỗ trợ bé tại bệnh viện đồng nghĩa với nỗ lực giúp bé cảm thấy thoải mái thông qua sự hiện diện của người chăm sóc và các biện pháp xoa dịu giác quan (xúc giác, âm thanh, thị giác và chuyển động). Điều này có thể giúp các bé giảm bớt căng thẳng và thích nghi tốt hơn trong suốt thời gian nằm viện.

Cách trẻ nhỏ phát triển và học hỏi:

- Trẻ học hỏi thông qua các giác quan (xúc giác, thị giác và thính giác).
- Trẻ gắn bó mật thiết với gia đình.
- Đến 8–10 tháng tuổi, trẻ có thể sợ người lạ.
- Đến 9 tháng tuổi, trẻ có thể sợ phải xa gia đình.

Điều gì làm trẻ căng thẳng:

- Xa cha mẹ hoặc người chăm sóc.
- Tiếng ồn lớn và ánh sáng mạnh (điều này có thể gây choáng ngợp).

Dấu hiệu của sự căng thẳng:

- Gặp khó khăn trong việc gắn kết.
- Thiếu tin tưởng hoặc tỏ ra sợ hãi.
- Chậm tăng trưởng thể chất hoặc tinh thần.

Để biết thêm thông tin hoặc kết nối với Chuyên gia Hỗ trợ Đời sống Trẻ em, vui lòng truy cập: <http://ucdavis.health/childlife>



Các mẹo cho phụ huynh:

(Sẽ rất hữu ích nếu bạn phối hợp với y tá để đảm bảo rằng bất kỳ ý tưởng nào được liệt kê dưới đây đều an toàn cho bé.)

- **Giữ thói quen sinh hoạt:** Hãy cố gắng tuân thủ thời gian biểu giống như khi bạn ở nhà.
- **Chăm sóc và gần gũi với trẻ hàng ngày:** Hãy chạm vào, trò chuyện và ôm ấp bé nhiều nhất có thể.
- **Giảm cường độ tiếng ồn và ánh sáng:** Hãy nói khẽ, giảm bớt ánh sáng và giữ cho căn phòng yên tĩnh.
- **Tận dụng các món đồ quen thuộc:** Hãy mang theo những món đồ chơi phát sáng, nhạc nhẹ, ảnh gia đình hoặc chiếc chăn yêu thích từ nhà.
- **Cung cấp thông tin cho nhân viên y tế:** Hãy cho nhân viên bệnh viện biết bé cần gì và cách bé thể hiện cảm xúc.
 - **Để trẻ khám phá:** Hãy dành thời gian cho bé khám phá không gian xung quanh nếu được.
 - **Theo dõi thay đổi của trẻ:** Nếu hành vi của bé thay đổi, có thể bé đang cảm thấy quá tải bởi ánh sáng hoặc âm thanh.