

Bir yılda nasıl geliŖeceęim?

Ay ay büyüyorum

Aylardır beklediğiniz ailenizin yeni üyesi artık aranızda! Dünyaya 'merhaba' diyen bebeğinizin ilk bir yılı nasıl geçecek? İŖte, bebeğinizin ay ay fiziksel, zihinsel ve duygusal geliŖimi!



Uzm. Dr. Anıl YEŖİLDAL
Acıbadem Etiler
Tıp Merkezi Çocuk
Sağlığı ve Hastalıkları

Dokuz aylık süreçten sonra sabırsızlıkla beklediğiniz bebeğiniz artık aranızda. Anne babalar için çocuklarının hayatında olan her Ŗey kuŖkusuz çok önemlidir ancak dünyaya geldikten sonraki ilk bir yıllık süreçte tanık olunan "ilk"ler genelde anne babalara daha bir özeldir. Buradan yola çıkarak, Acıbadem Etiler Tıp Merkezi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Biriminden Uzman Doktor Anıl YeŖıldal, bebeğinizin 1 yaŖına kadar ay ay fiziksel, zihinsel ve duygusal geliŖiminde neler yaŖandığını anlattı.

Bebeęiniz ne zaman **gölümsemeye** başlayacak, ne zaman **yürüyecek**? Hangi ayda hangi **aŖıları** olması gerekiyor, **beslenmede** nelere dikkat etmek gerekiyor, hangi ayda hangi **tahlilleri** veya **kontrolleri** yaptırmak gerekiyor?

O-1 AYLIK BEBEK

Yenidoęan bebek günde 17-20 saat uyur, 1-4 saat ağlar, 2-3 saat uyanık ve sakindir. Tabii ki, bunun istisnaları da olabilir. İnsan yüzüne bakar, kiŖilerle kısa süreli ilgilenir, kucağa alındığında susar, hareket eden kiŖiyi gözleriyle izleyebilir, annesini tanıyabilir. BaŖını sağa sola çevirebilir.

Tıbbi takip/Öneriler

Muayene: Genel fizik muayene ile tüm organların sağlıklı çalışıp çalışmadığı kontrol edilmelidir. Bu dönemde yenidoğan refleksleri çok önemlidir. Sıçrama refleksinin tek tarafta

alınamaması veya zayıflığı, doğumsal kol felcini veya köprücük kemiğinin kırığını

akla getirmelidir. Göz bebeklerinde kırmızı yansımanın alınamaması katarakt veya bir göz tümörü nöroblastomun habercisi olabilir.

Öneriler: Sadece anne sütü+ D vitamini

Testler: Doğumda topuk tarama testi, iŖitme tarama testi, 1. ayda Kalça USG

AŖıları

Hepatit B: 0 ve 1. ayda 2 doz



7 AYLIK BEBEK

Ses taklidi başlar. Hece tekrarı netleşir. Artık eline verilen her şeyi ağızına götürür, iri resimli kitaptaki resimlere bakar. Kitabın sayfalarını çevirir. Oyunağı elden ele geçirme başlar. Kendi adını duyunca tepki verir.

Tıbbi takip/Öneriler

Öneriler: Günlük enerjinin %70-80'i anne sütü+katı gıdalarda çeşit artar, ay sonunda kırmızı et ve hububatlar eklenir.

Aşıları

6 ayda rotavirüs aşısı 3. dozu yapılmadıysa 7. ayda da yapılabilir.



8 AYLIK BEBEK

Elleri ile tuttuğu iki nesneyi birbirine vurur, iki parmak ile yakalama nettir. İsteklerini ağlamadan belirtebilir. Örneğin, susadıysa bardağı gördüğünde heyecanlanır, gösterir. Heceleyerek konuşur. Ses ve mimik taklitleri netleşir. Örneğin öksürme, horlama taklitlerini yapabilir. Bardağı kulpundan tutar. Oyuncak arabasını iter. Elini deliklere sokar. Kutunun kapağını kapatır. Baş - baş, bay - bay yapar. Fış fış kayıkçı gibi oyunlar öğretilirse öğrenir ve oynar. Tanımadığı insanlara farklı davranır. Desteksiz oturabilir.

Tıbbi takip/Öneriler

Öneriler: Günlük enerjinin %50-60'ı anne sütü+katı gıdalarda çeşit artar+ Anne sütünü biraz azaltabilmek için öğün sayıları 4+1'e çıkar. (Ailede ve bebekte alerji yoksa ay sonunda yumurta sarısı eklenir.)

Aşıları: Bu ay yok



Bebeğinizin 36 aylık gelişimini daha yakından takip etmek isterseniz, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Dr. Anıl Yeşildal'ın öncülüğünde hazırlanan Ay Ay Bebek Gelişimi Rehberi'nden yararlanabilirsiniz. Rehber www.doktoramcam.com adlı internet sitesinden ulaşabilirsiniz. Burada 12 aylık sürecine yer verebildiğimiz içerik, Uzm. Dr. Anıl Yeşildal'ın dergimiz okurları için hazırladığı özel bir bölümüdür.

9 AYLIK BEBEK

Gündüzleri normal bardak ile su içmeye geçilmelidir. Kendi başına içemez ama denemeye başlar. Oyuncak kovaındaki şekilleri çıkartabilir. Gizlenmiş oyunağı arar. Alışık olmadığı durumlarda nasıl tepki vereceğini anlamak için güvendiği kişinin mimiklerine bakar. Tutunarak ayağa kalkabilir, ayakta durabilir.

Tıbbi takip/Öneriler

Muayene: Genel fizik muayene, gelişim, kalça çıkışı muayenesi.

Öneriler: Günlük enerjinin %50-60'ı anne sütü+katı gıdalarda çeşit artar. Eğer dişleri çıkmışsa, tülbentle silme veya parmak fırçasıyla macunsuz düz suyla fırçalama (18 aya kadar)

Dikkat: Yürüteç hiçbir zaman önerilmez.

Testler: Tam kan sayımı (Normalse Demir kesilir), Tam idrar tahlili

Aşıları:

Meningokok (Benekli menenjit) aşısı 1. doz

Not: 1 yaştan sonra tek doz uygulanabilen bir marka daha vardır.

