MUNY HER BIR ENE BILMELIDIR!

IÇGEÇME WE ENE SÜÝDINIŇ ÄHMIÝETI

Ene süýdi - çagaňyza iň peýdaly iýmitdir.

Ejesini emýän çagada köp howply keselleriň ýokuşma gorkusy bolmaýar. Ilkinji alty aýynda, şeýle-de, iki ýaşynyň içinde, hat-da, ondan hem köp wagtlap çagany emdirmekden oňat gorag ýokdur. Başga hiç bir iýmit ýa-da suwuklyk munuň ýaly goragy üpjün edip bilmez.

Owuz süýdi - goýy sary suwuklyk bolup, dogumdan soň ilkinji günler peýda bolýar we ol bäbek üçin iň gowy iýmitdir. Ol örän ýokumlydyr we bäbegi kesellerden goraýar.

Ene süýdi bilen iýmitlendirmek çaganyň içgeçme bilen keselleme howpuny kemeldýär.

Eger, çaga bir günüň dowamynda üç gezekden köp suwuk täret etse, diýmek ol içgeçme bilen näsaglandyr. Ene süýdüni emýän çaganyň suwy köp ýitirmezligi üçin, ony ýygyrak emdirip durmaly.

Aşakdaky alamatlaryň iň bolmanda biri ýüze çyksa, onda haýal etmän maşgala lukmanyňyza ýüz tutuň!

- Bir ýa-da iki sagadyň dowamynda birnäçe gezek suwuk täret etse;
- Täreti gan gatyşykly bolsa;
- Ýygy ýygydan gaýtaryan bolsa;
- Gyzgyny ýokarlansa;
- Suw içesi gelip dursa;
- Asla içesi gelmese;
- Işdäsi bolmasa;
- Gözi içine çöken bolsa;
- Ysgynsyz bolsa;

Şeýle-de çaga regidron erginini içirmek hökmanydyr.

Mümkin boldugyça, köp suwy we suw bilen deň ölçegde garylan regidrony içirmek - iň gowy bejergidir.

Hiç bir ýagdaýda lukmanlaryň bellemedik dermanlaryny, antibiotikleri ýa-da başga derman serişdelerini çaga bermek bolmaz.

REGIDRON

(içgeçme döwri içilýän ýörite içgi)

Regidron näme?

Regidron duzlary dogry eredilende, içgeçme keseli netijesinde bedeniň bozulan suw deňagramlylygyny dikeltmäge kömek edýän gury duzlaryň garyndysydyr.

Ony nireden alyp bolýar?

Regidrony maşgala lukmanlardan alyp ýa-da dermanhanalardan satyn alyp bolýar.

Regidron ergininiň taýýarlanyşy:

Kagyz gutujygynyň içindäki regidrony arassa bulgurjyga guýuň. Bukjanyň ýüzündäki görkezmäni okaň we gerekli suw mukdaryny goşuň. Eger, suwy ýeterlik bolmasa, çaganyň ýagdaýy beterleşip biler.
1.Regidrona diňe suw goşulmalydyr. Oňa süýt, çorba, miwe suwy ýa-da sowadylan içgileri goşmak bolmaz. Şeker goşmaň.
2.Gowy edip garyň we çaga arassa bulgurdan içiriň.

Näsag çaga näçeräk regidron bermeli?

Regidrony çaga mümkin boldugyça köpräk içirjek boluň.
Iki ýaşyna ýetmedik çaga her suwuk täretden soň, iň bolmanda, çärýek bulgurdan ýarty bulgura çenli mukdarda regidron erginini içmelidir. Iki ýaş we ondan uly çaga, her suwuk täretden soň, iň bolmanda, ýarty ýa-da bir doly bulgury içmelidir.
Adatça, içgeçme 3-5 günüň dowamynda bejerilýär.

Eger, sizde regidron ergini bolmasa, şu hili içgini taýýarlaň:

1 litr arassa suwa 4 çaý çemçesi şeker, ýarym çaý çemçesi nahar duzuny goşuň. Içgini taýýarlan wagtyňyz örän seresap boluň, sebäbi şekeri köp atsaňyz içgeçmäny güýçlendirersiňiz, duzuň köplugi hem beden üçin peýdaly däldir.

Içgeçmäniň öňüni almak üçin, hemme nejasatlaryň hajathanada ýok edilmegi ýa-da gömülmegi gerek. Arassaçylyk kadalaryny saklamak içgeçmeden gorap saklaýar. Hajathanadan soň, çagani naharlamazdan öň elleriňizi sabyn bilen ýuwmaly.

SAGLYGY GORAÝŞYŇ
HABARLAR MERKEZI

unicef

HALKARA
ARASSAÇYLYK ÝYLY
2008