



猛烈摇动宝宝是危险做法

宝宝没有足够的力量来支撑他/她的头部。如果您摇动宝宝，宝宝的头部将在各个方向摇摆。如果头部撞到坚硬的物体，虽然可能不会产生像较大的儿童或成年人那样的可见伤害，但宝宝的大脑区域内部可能出血。在头部没有获得支撑的情况下剧烈摇动宝宝或者向上抛送宝宝都是危险做法。

儿童遭受的损伤大多数很快就会痊愈，并且没有后遗症。但是，头颅或大脑受伤的情况并非如此，这些损伤可能导致严重的疾病或死亡。

请确保照顾宝宝的所有人都知道这种动作可能带来的危险

寻求帮助

卫生和社会服务专业人员可以为您提供帮助。

如果您有疑问，请联系：

- 儿科或家庭医学团队的专业人员。
- 助产专业人员。
- 社会服务专业人员。

此三联宣传单是加泰罗尼亚虐待儿童协会（确切地说，是其在Terres de Ponent地区的办事处）编订的加泰罗尼亚语第一版的一个版本。

感谢瑞士儿童与暴力基金会（Fondation Suisse Enfants & Violence）授权我们传播《求助！我的宝宝不停哭泣。给父母的建议。》

求助！

宝宝不停地哭泣

给照顾宝宝
的人的建议



/Salut

Generalitat
de Catalunya



Image: Pixabay

宝宝不停地哭泣。您摇动他/她，喂他/她，改变他/她的体位，但他/她始终不能安静下来。这让您十分恼火，无法继续忍受。

在这种情况下，您可能产生剧烈摇晃他/她以使其停止哭闹的想法。

千万别这样做！这种做法将会严重损害大脑，有时甚至致命。

如果宝宝哭闹……

宝宝哭闹的原因可能有很多，但要知道具体原因并不总是那么容易。

健康的宝宝可能在以下情况下哭闹：

- 饥饿；
- 困乏；
- 身上湿了或脏了；
- 因其他原因而不舒服，想要听到您的声音或者想要躺在您的怀里摇一摇。

健康的宝宝每天平均哭泣2-3个小时，但有时候他们可能哭泣好几个小时。

如果您尝试了一切办法，但宝宝仍然哭泣……

您已经尝试了一切办法，但没有效果。您开始失去控制……

将宝宝放在床上，侧卧或仰卧，关掉灯，然后您休息一会儿以恢复平静。同时，联系您信任的人可能会对您有所帮助。

如果宝宝继续哭泣，可以肯定的是，这不会伤害他/她。这比失去控制、摇晃或打他/她要好得多。

您可以做些什么？

- 喂母乳（如果没有，使用奶瓶）。
- 温柔地触摸他/她。
- 散步时摇晃他/她。
- 细声对他/她说话或唱一首摇篮曲。
- 轻轻抚摸他/她的腹部或背部。
- 与其他人交替安抚他/她。

当哭声不同时

尽管宝宝哭泣是正常行为，但如果宝宝哭泣的方式发生变化，则您应当注意。

如果宝宝出现以下情况，请致电儿科或家庭医生诊所：

- 哭泣时间长于平常；
- 哭泣声音大于平常；或
- 宝宝似乎在承受痛苦或者宝宝的哭泣让您担心。

Image: Pixabay

