

Em Bé Đang Lớn

(Sơ sinh - 1 tuổi)

Chứng ọc sữa

✿ Bé “ọc Sữa Vui Vẻ”

Chứng ọc sữa thường xảy ra nơi trẻ sơ sinh, thật vậy, phân nửa trẻ sơ sinh bị ọc sữa. ọc sữa là bình thường và sẽ đỡ theo thời gian. Trẻ sơ sinh ọc sữa cũng có thể vui tươi và khỏe mạnh. Nói cách khác, nếu con bạn khỏe mạnh thì khỏi cần lo nghĩ.



Việc gì giúp ngăn ngừa chứng ọc sữa?

- Đừng cho ăn quá độ. Nếu con bạn ọc sữa trong lúc bú, hãy ngưng lại và chờ tới lần cho ăn tới.
- Cho bú ít hơn và thường xuyên hơn.
- Dành thời giờ cho bé ợ giữa khi đang cho bú.
- Tạo giờ ăn yên tĩnh và thoải mái.
- Cách đặt trẻ sau khi nuôi ăn:
 - Tránh đặt bé nằm xuống để thay tã ngay sau khi nuôi ăn.
 - Bồng trẻ thẳng người khoảng 30 phút.
 - Ráng bồng con trẻ nằm phía bên trái của bé hoặc trên bụng bé nghiêng một chút với đầu và vai cao hơn chân.
 - Tránh đặt bé theo thể ngồi ghế nhồi bông trong xe hoặc trong ghế nẩy và rung.
- Kiểm chắc quần áo và tã đừng quá bó chặt.
- Tránh hút thuốc gần con bạn.

Đây là một trong loạt tài liệu giúp cha mẹ và người chăm sóc lo cho con trẻ đang lớn.



* Con tôi nên bú nhiều chừng nào?

Trẻ Sơ Sinh Bú Sữa Mẹ:	
Sơ sinh – 2 tháng	Bú sữa 8 – 12 hoặc nhiều lần hơn trong 24 giờ
2 tháng – 6 tháng	Bú sữa 6 – 10 hoặc nhiều lần hơn trong 24 giờ
Trẻ Sơ Sinh Bú Sữa Nhi Đồng	
7 – 8 pao	16 -23 oz. (2 – 4 oz. mỗi 2 tới 3 giờ)
8 – 10 pao	21 - 26 oz (3 - 5 oz. mỗi 3 tới 4 giờ)
10 – 12 pao	24 – 28 oz. (4 – 6 oz. mỗi 3 tới 4 giờ)
12 – 16 pao	29 – 39 oz. (5 -8 oz. mỗi 3 tới 4 giờ)

Đem con trẻ tới bác sĩ nếu bé:

- Không lên cân.
- Ói mửa nhiều hoặc mửa ra máu hoặc ra nước xanh hay vàng.
- Khóc và khó chịu khi ọc sữa.
- Ưỡn người lên khi bú.
- Không chịu ăn hoặc có trở ngại lúc ăn.
- Bị khó thở.
- Ho hoặc thở khò khè trong lúc hoặc sau khi ăn.

Trẻ sơ sinh khỏe mạnh sẽ uống ½ oz. sữa nhi đồng cho mỗi pao cân nặng mỗi lần bú cho tới khi bé ăn thực phẩm đặc. Con bạn ăn đầy đủ nếu bé lên cân và lớn đều.

Để biết thêm chi tiết về chứng ọc sữa, hãy vào mạng Hiệp Hội Hàn Lâm Việc Bác Sĩ Nhi Đồng Hoa-Kỳ www.aap.org/topics.html hoặc Trung Tâm Thông Tin Quốc Gia Về Các Chứng Bệnh Tiêu Hoá <http://digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/a-z.asp>.

Hãy vào mạng **Texas WIC.org**

Đây là cơ quan phục vụ bình đẳng.

© 2017 Bộ Phục Vụ Y-Tế Tiểu Bang.

Ngành Phục Vụ Dinh Dưỡng. Cơ quan giữ bản quyền.

Stock no. 13-128V rev. 01/17