

Dziennik karmienia i ulewania

Zapisuj przez 7 dni i pokaż pediatrze. Dane z dziennika pomagają odróżnić ulewanie od choroby.

Imię dziecka _____

Wiek (tygodnie / miesiące) _____

Sposób karmienia (piers / butelka / mieszane) _____

Data i godzina	Karmienie (min lub ml)	Ulewanie (ilość)	Po ilu minutach	Wygląd treści (mleczna / inna)	Płacz, niepokój (tak / nie)	Uwagi

Masa ciała dziecka (z wizyt kontrolnych)

Data	Masa (g)	Zmiana od poprzedniego	Uwagi

1. Pilnie do lekarza lub na SOR

- wymioty zielone lub żółtozielone, wymioty z krwią albo krew w stolcu,
- wymioty „chlustające”, uporczywe lub nocne,
- wzdęty, twardy brzuch,
- ospałość, gorączka, zwiótnienie lub trudność w obudzeniu dziecka,
- wypukłe ciemiączko, drgawki albo szybko rosnący obwód głowy.

Przy duszności, sinieniu lub zatrzymaniu oddechu dzwoń pod 112.

2. Umów wizytę u pediatry

- dziecko nie przybiera na masie ciała lub jej traci,
- odmawia jedzenia albo je z wyraźnym trudem,
- jest nadmiernie drażliwe lub płacze z bólu,
- ulewanie lub wymioty zaczęły się po 6. miesiącu życia,
- ulewanie nasila się albo trwa po 12.-18. miesiącu życia,
- pojawiła się przewlekła biegunka lub bolesne oddawanie moczu.

3. Zapytaj pediatrę

- Czy to ulewanie, czy choroba refluksowa i po czym to poznać?
- Czy zmienić sposób karmienia (objętość, zagęszczanie)?
- Czy próbować mleka hydrolizowanego lub diety mamy bez mleka krowiego i na jak długo?
- Kiedy kolejna kontrola masy ciała i kiedy skierowanie do gastroenterologa?

4. Bezpieczny sen przy ulewaniu

- Dziecko śpi na plecach, także gdy ulewa.
- Łóżeczko ma płaską, twardą powierzchnię, bez klinów, pozycjonerów i podniesionej główki.
- Nie kładź dziecka do snu na brzuchu ani na boku.