

Şimdi yavaş yavaş acıkiyorum

Bebeklerde açlık belirtileri



poster

Şimdi yavaş yavaş acıkiyorum

Bebek dünyaya geldiği andan itibaren hareketleriyle ve sesleriyle ne istediğini gösterir. Belki de bu işaretlerden bazılarını hatırlıyorsunuzdur? O zaman bunlara doğrudan tepki verebilirsin.

Bebeğin aç değilse belki de yakınında olmak ve koynuna sokulmak istiyordur. İstersen bunu bir dene. Zamanla bebeğinin verdiği işaretleri daha iyi yorumlayabileceksin.



Bebek uyanık, gözlerini kırıştırıyor veya gözlerini deviriyor.



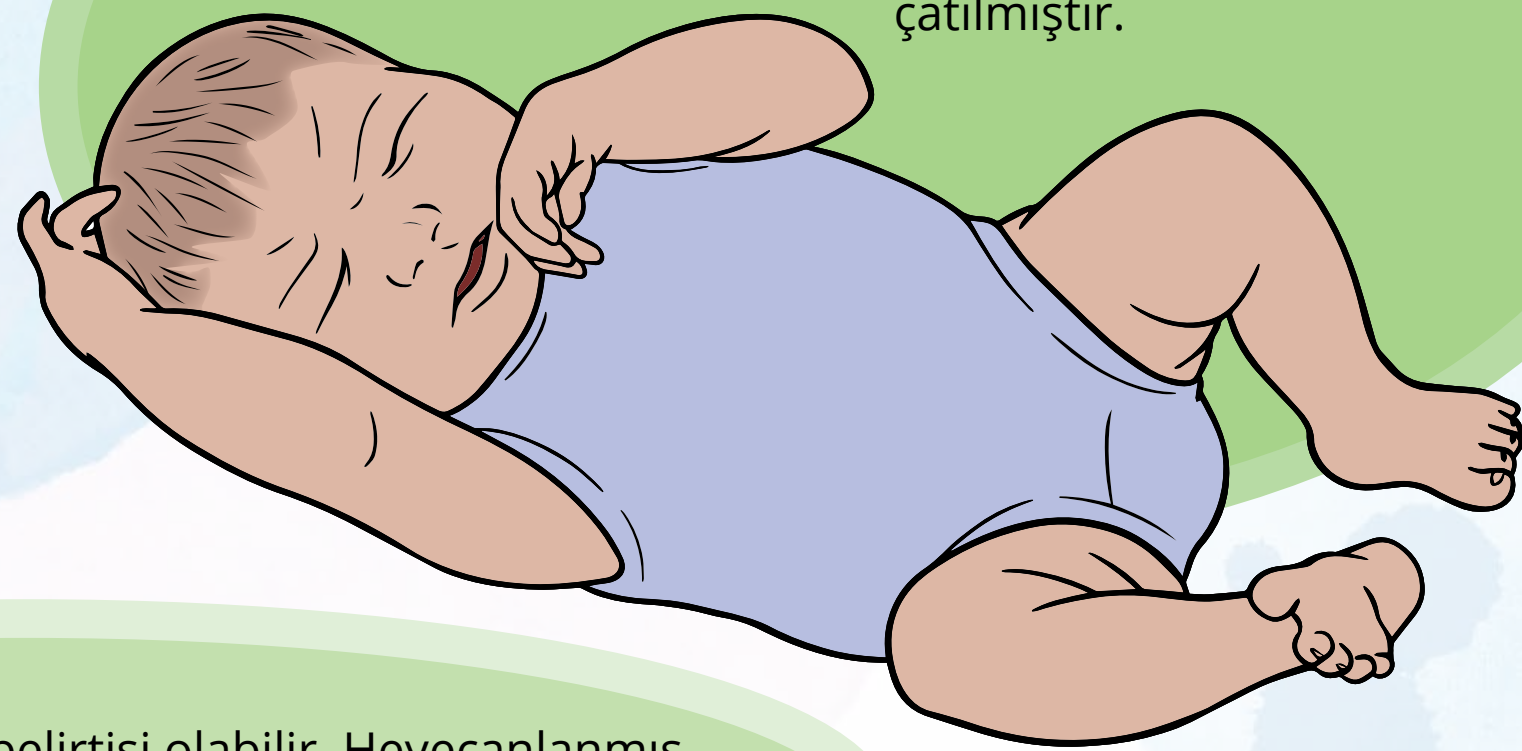
Bebek başıyla ve ağızla arayan hareketler yapmaya başlar.



Bebek parmaklarını emiyor.



Bebek elini ağızına götürüyor. Belki yumuşak sesler çıkarıyor, iç çekiyor ya da dudaklarını şapırdatıyor.



Artık apaçık ortada: Bebek huzursuz, tepiniyor ve kollarını hareket ettiriyor. Vücut genellikle gergin veya kaşları çatılmıştır.

Ağlama, açlığın gecikmiş bir belirtisi olabilir. Heyecanlanmış bir bebek iyi ememez. Bu yüzden önce bebeği sakinleştirmeye çalış. Bu, meme vermeyi veya beslemeyi kolaylaştırır.



Temel Emzirme Bilgileri - Ebeveynler için pratik bilgiler ve destek

Temel Emzirme Bilgileri, mesleki olarak ya da gönüllü bir şekilde ailelerle çalışan ve emzirmenin düzenli ya da ara sıra gündeme geldiği herkese yöneliktir.

Bu, emzirme konusunda kalite odaklı temel bilgiler sağlar - yaygın emzirme durumları ve özellikle bebeklerin yaşamın ilk birkaç aylık evresindeki beslenmesi hakkında pratik ipuçları sağlar.



Makale no. 0185



Makale no. 0329

Bebekler için en iyi gıda

Ebeveynler için bebeklerini beslemek en önemli konulardan biridir. Haklı olarak. Çünkü sağlıklı bir yaşamın temelleri henüz ilk yılda atılıyor. Kompakt bilgiler, doğumdan itibaren bebek beslenmesine ilişkin kapsamlı bir genel bakış sunuyor.

Künye

0719/2025

Editör
Federal Tarım ve Gıda Dairesi (BLE)
Başkan: Dr. Margareta Büning-Fesel
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn
ble.de, bzfe.de

Redaksiyon
Julia Hennecke, BLE
Britta Klein, BLE

Bebek illüstrasyonları

Shia Illustration, Bonn

Grafik
Jasmin Friedenburg, BLE

Baskı
Schloemer & Partner GmbH
Fritz-Erler-Straße 40
52349 Düren

Gesund ins Leben ağı, Federal Tarım, Gıda ve İçişleri Bakanlığı (BMLEH) bünyesindeki Federal Beslenme Merkezi'nin (BZfE) bir parçasıdır.
Bu metin ve illüstrasyonlar Creative Common lisansı "CC BY-NC-ND 4.0 – isim belirtme – Ticari değil – 4.0

International işleme değil" adı altında yayımlanmıştır. Lisans sözleşmesini şu adreste bulabilirsiniz: creativecommons.org.

Bu medya (ürün no. 0719)
ble-medienservice.de adresinden sipariş edilebilir.

BLE 2025