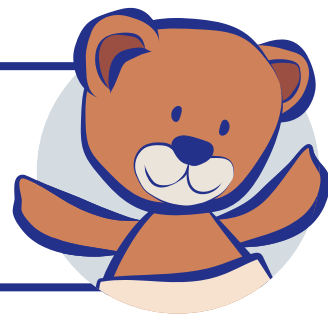


→ BULARREKO HAURRAREN KOLIKOA



ZER DA BULARREKO HAURRAREN KOLIKOA?

Negar biziko edo bat-bateko suminkortasuna dakarten episodio errepikakorrak dira, ageriko kausarik gabeak. Arratsalde-gauean gertatu ohi dira, eta minutu edo ordu batzuk iraun dezakete. Haurraren 15. egunetik aurrera hasi eta 4. hilabetearen inguruan desagertzen dira. Nahiko ohikoa da, eta bost haurretatik bati eragiten dio.

ZERGATIK GERTATZEN DA?

Ez dakigu zein den horren kausa zehatza, baina zenbait hipotesi daude, besteak beste, estimulu jakin batzuekiko hipersentikortasuna, heldutasunik ezaren ondoriozko digestio-kausak edo hesteetako bakterio-floraren alterazioak.

NOLA JAKIN HORI DELA?

Bat-batean gertatzen da aldaketa, eta horregatik hauteman daiteke. Umetxoa aldez aurretik ondo dagoela, negar-zotinka hasten da, oiho ere egiten du, gorri jartzen da, hankak uzkurto eta luzatzen ditu, eta atzerantz luzatzen da. Sabelaldea gogor jartzen du eta, batzuetan, gasak kanporatzen ditu. Gosea duela ematen du, baina ez da lasaitzen nahiz eta bularra hartu.

Haurra zaintzen ari denarentzat larria dirudi, baina hesteen egokitzapenari lotutako heltze-prozesua da, bizitzako hirugarren hilabetearen amaieran konponduko dena gehienbat. Ez da gaixotasun bat.

TRATAMENDUREN BAT EMAN AHAL DIOT?



Medikazioa, digestio-infusioak, homeopatia, osteopatia eta abar erabiltzeari dagokienez, ez dago hori bermatzen duen ebidentzia zientifiko nahikorik; aitzitik, kalteak edo intoxikazioa eragin ditzakete, kasuen arabera.

→ BULARREKO HAURRAREN KOLIKOA

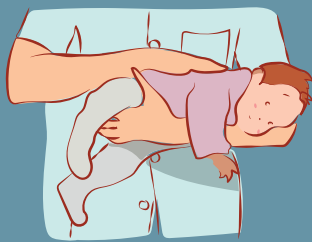
ZER EGIN DEZAKET?

Ez dago kasu guztietarako balio duen irtenbide bakar eta eraginkorrik, baina neurri hauek lagungarriak izan daitezke:

- Egunerokotasunean ohiturak edo errutinak ezartzen saiatu, eta ez estimulatu gehiegi.
- Paseatu, sehaskari eragin, besotan/motxilan eraman, kulunkatu, ur epeletan bainatu, sabela laztandu eta masajetxo egin, hankak luzatu eta tolestu, gasak kanporatzen laguntzeko, besurrean ahoz behera paseatu, edo bularrean jarri edo txupetea eman, edoskitzea ezarrita dagoela.
- Umetxoak esnea azkarregi hartzen badu, baliteke aire asko irenstea. Hartualdiaren ondoren, eutsi ezazu tente minutu batzuez, besurrean edo ahuspez helduta, eta masajea iezazkiozu leunki bizkarra eta sabelaldea.
- Ama-esnea hartzen badu, ziurtatu bularra ondo husten duela beste titira aldatu baino lehen.

Egoera honek zalantzak, larritasuna eta segurtasunik eza sortzen ditu. Saia zaituz prozesu iragankor gisa ikusten, atsedean hartzen duzun bitartean umetxoa zaintzeko behar dituzun laguntzak bilatzen eta lasai egoten.

ARIKETA MESEDEGARRIAK



- Buruz behera paseatu, besurrearen gainean.



- Hartualdiaren ondoren, heldu posizio bertikalean.



- Masajea eman bizkarrean.