

Những điều quý  
vị cần biết...

# Trẻ sơ sinh khóc và tình trạng đầy hơi

Các em bé thường khóc nhiều trong những tháng đầu tiên sau khi chào đời. Trên thực tế, khóc 2-3 giờ đồng hồ một ngày là bình thường đối với trẻ sơ sinh khỏe mạnh vì các em đang lớn và làm quen với cuộc sống bên ngoài dạ con của người mẹ. Đến khi 3 tháng tuổi, ngay cả những em bé hay quấy khóc nhất cũng thường khóc ít hơn nhiều. Sau đây là một số điều hữu ích cần biết:

## Bụng của em bé vẫn đang phát triển

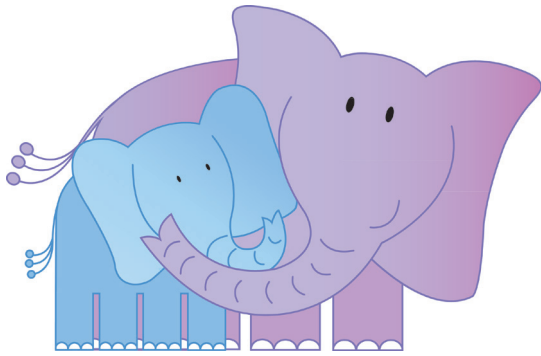
Trong khi hệ tiêu hóa trưởng thành dần trong năm đầu tiên sau khi bé chào đời, sữa có thể trào ngược lên. Tình trạng này thường không gây tổn hại gì, nhưng một số em bé có thể khóc vì khó chịu. Giữ em bé thẳng người trong hoặc trong ít nhất nửa giờ sau khi cho ăn. Làm như vậy để giúp sữa không trào ngược lên.

## Em bé bị đầy hơi - rất nhiều!

Trong khi cho ăn, các em bé có thể nuốt phải không khí cho tới khi các em học cách mút, nuốt, và thở. Hơi cũng có thể tích tụ khi sữa mẹ hoặc sữa pha chế không hợp với em bé. Khóc có thể là dấu hiệu cho thấy em bé bị đau vì đầy hơi. Và đó cũng có thể là nguyên nhân, vì các em nhỏ cũng nuốt phải không khí khi các em khóc.

## Chỉ là một số em bé nhạy cảm hơn một chút

Có những thứ khiến em bé này không sao nhưng lại làm em bé khác phải bật khóc! Đó có thể là tiếng ồn, ánh sáng, thậm chí chiếc tã dơ. Quý vị không thể thay đổi bản tính của em bé, nhưng đỡ dành em bé trước khi em quấy khóc quá mức cũng có thể sẽ giúp ích.



## Cách dỗ em bé

- Bồng đu đưa hoặc bồng em bé đi lại
- Chờ em trên xe hơi hoặc đu đưa trên nôi
- Dùng núm vú giả
- Nói chuyện hoặc hát
- Cuộn chặt em bé (cuộn chặt em bé trong một chiếc mền mềm, hai cánh tay duỗi thẳng hai bên người)
- Tiếng động màu trắng (tiếng "shhh"; tiếng quạt quay hay tiếng máy sấy quần áo)

## Lời khuyên về cách xả hơi bị tích tụ

- Vỗ nhẹ lưng cho em bé ợ hơi *trong* và *sau* khi cho ăn —sau khi cho ăn 2 hoặc 3 ao-xơ sữa pha chế hoặc khi thay đổi bên bầu vú. (Mỗi lần em bé không ợ hơi thì cũng không sao!)
- Đặt em bé nằm ngửa và xoay chân em giống như động tác đạp xe đạp
- Xoa nhẹ bụng em bé bằng động tác xoa hình vòng tròn
- Thử dụng thuốc chống đầy hơi, chẳng hạn như Infants' MYLICON® Drops.\* Khi dùng theo đúng chỉ dẫn, thuốc sẽ an toàn đối với trẻ nhỏ ở mọi lứa tuổi (Quý vị có thể cho bé dùng khi cho ăn hoặc khi cần, tới tối đa 12 lần một ngày).

**Nói chuyện với bác sĩ của quý vị nếu quý vị có thắc mắc về việc em bé khóc hoặc khó chịu khi ăn.**

\* Chỉ sử dụng như chỉ dẫn. Không dùng quá 12 liều một ngày.



## Tải xuống công cụ Theo Dõi Sức Khỏe Trẻ Em MIỄN PHÍ

Theo dõi chiều cao, cân nặng, BMI, chùng ngực, các triệu chứng và thuốc men của con quý vị, cộng với việc tính toán liều lượng.



Lời khuyên giữ gìn sức khỏe từ McNeil Consumer Healthcare Division of McNEIL-PPC, Inc., hãng sản xuất Children's TYLENOL® và Children's MOTRIN®

App Store là thương hiệu của Apple Inc. Google Play là thương hiệu của Google Inc. Các mức giá tài liệu thông thường có thể áp dụng.

©McNEIL-PPC, Inc. 2013 MHP-004V