



JE NI LINI MTOTO HUANZA KUCHEZA TUMBONI KWA MAMA MJAMZITO

By: MR. ADAM F. ZUBERI

Kwa kawaida mtoto huanza kucheza kwa mara ya kwanza, kuanzia wiki ya 16 hadi wiki ya 25 katika kipindi cha ujauzito, Kama ni ujauzito wa kwanza inawezekana usimsikie hadi ikikaribia wiki ya 25. Ujauzito wa pili, mama huanza kumsikia mtoto akicheza mapema kuanzia wiki ya wiki 13.



Mtoto anatakiwa kucheza mara ,6-10 ndani ya saa moja. Ile miezi 6 ya mwanzo kucheza kwa mtoto hua sio sana. Kipindi cha usiku ndio muda wa mtoto kupigapiga tumbo la mamaye kuliko mchana.

Mtoto anaweza kucheza miezi mitatu ya mwanzo?

Mtoto hua mdogo sana miezi mitatu ya mwanzo. Hua na urefu wa 7.6-10 cm (3-4 inches) na uzito wa gramm 28g (1 ounce) ,katika kipindi hiki viungo vya mtoto hua ni vilaini na vinakua havijakomaa hivo kusababisha mtoto kutokusikika akiwa anacheza. Mtoto hua mkubwa na kuongeza mwishoni mwa mwezi wa nne (second trisemister) .

SABABU ZINAZOMPELEKEA MTOTO KUTOCHEZA AKIWA TUMBONI.

- Kukosa nguvu za kutosha kutokana na lishe duni ya mama yake.
- Mama anapotembea sana au kusimama kwa muda mrefu ,kuna mfanya mtoto achoke hivo kumpelekea kulala na kumfanya asicheze.
- Mama anapokua na maradhi au matatizo ya kiafya, hudhoofisha afya ya mtoto ,hivo hupelekea mtoto kukosa nguvu na kushindwa kucheza.
- Mtoto kuwa mdogo sana na uzito mdogo pia humfanya ushindwe kucheza.
- Mama anapokuwa amechoka kutokana na kazi nzito, mtoto nae huchoka na huhitaji kupumzika na huwa kimya sana.
- Kupoteza uhai kwa mtoto (kufa)

SABABU ZINAZOWEZA KUMFANYA MTOTO ACHEZE AKIWA TUMBONI.

- Kunywa maji ya baridi.
- Fanya kitu cha kustusha kwa sababu maalumu.
- Kula vyakula vya sukari.
- Kula vyakula vya pilipili.
- Ongea na mtoto

USHAURI

Mama mjamzito, usimposikia mtoto akicheza katika muda ambao anatakiwa acheze ni vema ukafika katika kituo cha afya na kukutana na waatalamu, kwa ajiri ya uchunguzi wa hali ya mtoto.

ZINGATIO: Matumizi ya pombe na sigara ni hatari kwa afya ya mama na mtoto.