Kjenn liv

ህይወት ክስምዓኪ ከሎ

– ነፍሰ ጾራት፡ ኣብ ማሕጸነን ናይ ዘሎ ዕሸል ምንቅስቓስ ንኽከታተላ ዝሕግዝ ጽሑፍ

እቲ ኣብ ማሕጸን ዘሎ ዕሸል ክራጋሕን ክንቀሳቐስን ከሎ ይስምዓኪ ኣንተ'ልዩ ጽቡቕ ናይ ምህላዉ ምልክት እዩ።

ኩላቶም ዕሸላት ዝተፈላለየ ናይ ምንቅስቓስ ቅጥዒ ኣሎዎም። ዕሸላት ብኸመይን ማዕረ ክንደይን ይራግሑን ይንቀሳቐሱን ካብ ዕሸል ናብ ዕሸል ኣዝዩ ይፈላለ። እዚ እዩ እቲ ንቡር ክብሃል ዝኽእል መልሲ የሎን። ንነብስኺ ምስ ካልኦት ክተነጻጽርያ የብልክን - ናይቲ ኣብ ማሕጸንኪ ዘሎ ዕሸል ምንቅስቓስ ደኣ ፍለጢ። ኣብ ነብስኺ ተኣማመኒ፡ ኣብ ማሕጸንኪ ንዘሎ ዕሸል ዝያዳ ትፈልጥዮ ንስኺ ባዕልኺ ኢኺ።

ምንቅስቓስ ህጻን ኣብ ከብዲ

እቲ ህጻን ክራጋሕ ክስመዓኪ ይኽእል እዩ ክንብል ንፈቱ፣ ምንቅስቓስ ጽግያት ግን ምርጋሕ ጥራይ ኣይኮነን። እቲ ህጻን ክዝርጋሕን ክዘውርን ከሎ ዝስማዕ ቀሊል ምድፋእን ምንቅስቓስን እውን ኣሎ። ኩሉ ምንቅስቓስ ህጻን ኣይስምዐክን እዩ። ነፍሲ ወከፍ ነፍሰጹር እንታይ ክስምዓ ከም ዝኽእል እውን ፍልልያት ኣሎ። ሂቕታ ከም ምንቅስቓስ ኣይቁጸርን እዩ፣ ብዝኾነ ግን ምልክት ጥዕና እውን እዩ።

ዝበዝሓ ነፍሰ ጾራት፡ ናይ ዕሸል ምንቅስቓስ ክስምዐን ዝጅምር ኣብ መበል 18-20 ናይ ጥንሲ ሰሙን ኣቢሉ ኮይኑ፡ ዓቢ ፍልልይ ግን ኣሎዎ። ካብ መበል 25-30 ናይ ጥንሲ ሰሙን ኣቢሉ ምንቅስቓስ ናይቲ ዕሸል ስሩዕ ኮይኑ፡ እቲ ዘይድቅሰሉ ግዜ ክንቀሳቐስ ከሎን ክድቅስ ከሎ ድማ ዘይንቀሳቐሰሉ እዋን ማለት እዩ።

ቁጽሪ ምንቅስቓሳትን ሓይሊ ናይዞም ምንቅስቓሳትን ካብ መፋርቕ ጥንሲ ክሳብ ሰሙን 32 ይውስኽ። ብድሕር'ዚ ግን ናብ ሓደ ፍሉጥ ደረጃ ይበጽሕ'ሞ ክሳዕ ግዜ ሕርሲ ከምኡ ኢሉ ይቕጽል። እቲ ሓይሊ ክሳዕ ግዜ ሕርሲ እናወሰኸ ክቕጽል እውን ንቡር እዩ።

ኣብ ኣጋ ሕርሲ ምቅራቡ ማሕጸን ምስ ጸበበ እቲ ምንቅስቓስ ፍልይ ዝበለ ይኸውን። ይኹን'ምበር፡ ዝወሓደ ወይ ዝደኸመ ምንቅስቓስ ፈጺሙ ክኸውን ከም ዘይብሉ ከተስተውዕልሉ ኣለኪ።

ኣብ ከብድኪ ንዘሎ ምንቅስቓሳት ብኸመይ ክትከታተሊ ትኽእሊ?

ዕሸልኪ ተበራቢሩ ከሎ ምንቅስቓሱ ከመይ ከም ዘሎ መታን ክትፈልጢ መዓልታዊ ቀኑብ ግዜ ፍለዪ። ነዚ ከም ሓደ ልምዲ ውሰድዮ! ብኸምዚ ኸኣ ነቲ ምቅይያራት ንምፍላጥ ድልውቲ ትኾኒ። ብተወሳኺ ምስቲ ዕሸል ዘሎኪ ምትእስሳር ኣብ ርእሲ ምሕያሉ፡ ንናይ ኣደነት ተራ ድልውቲ ክትኮኒ ኣበርክቶ ኣሎዎ።

ካብ 28 ሰሙን ጀምሪ። ቁሩብ ኣቐዲምኪ ክትጅምሪ ትኽእሊ ኢኺ፣ መብዛሕትኡ ግዜ ግን ምንቅስቓስ እቲ ዕሸል ክሳብ 28 ሰሙን ስሩዕ ኣይኸውንን፡፡ እቲ ዕሸልኪ ንቑሕ ዝኾነሉ ናይ መዓልቲ ሰዓት ድለይ። እዚ መዓልታዊ ኣብ ዝተወሰነ ሰዓት ክትገብሪ ኣየድልየክን እዩ፣ እቲ ኣገዳሲ ነገር እቲ ዕሸል ንቑሕ ምዃኑ እዩ፣ ምኽንያቱ መብዛሕትኡ ግዜ ደቂሱ ከሎ ምንቅስቓስ ስለዘይክእል።

ብ ጎንኺ ክትድቅሲ ናጻ ኹኒ። እዚ ድማ ናብ ማህጸንን መዳሕንት ዕሸልን ዝበለጸ ዋሕዚ ደም የረጋግጽ። ካብ ደው ኢልኪ ወይ ንጥፍቲ ኣብ እትህልውሉ እዋን ንላዕሊ ደቂስኪ ከለኺ ምንቅስቓስ እቲ ዕሸልዝሓሸ ክስምዓኪ እዩ።

ንገሊኦን፣ ምንቅስቓስ ውላደን ብኣእምሮ ምዕዛብ እኹል ክኸውን ከሎ፣ ንገሊኦን ድማ ብዝያዳ ብስርዓት ምጽሓፍ ይጥቀማ። ንኣስታት 15 ደቓይቕ ኣብ ምንቅስቓስ ውላድኪ ኣተኩሪ። ብዛዕባ እቲ ምንቅስቓሳት ግንዛበ ንምርካብ ብዙሕ

ወይ ዉሑድ ግዜ ከም ዘድልየኪ ክትፈልጢ ትኽእሊ ኢኺ። እዚ ዝስዕብ ሕቶታት ኣብቲ ምምዝጋብ ክሕግዘኪ ይኽእል እዩ፡-

- እቲ ምንቅስቓሳት ክንዲ ምንታይ ሓይሊ ነይሩዎ?
- እቲ ዕሸል ከመይ ይንቀሳቐስ?
- ብዝሒ ምንቅስቓስ ናይቲ ዕሸል ክንደይ እዩ?

እቲ ምዝገባ ነዚ ዝስዕብ ሕቶታት ክምልስ ዝኽእል ክኸውን ኣለዎ፡-

- ርግሒትን ምንቅስቓስን ናይቲ ዕሸል ብንጹር ይፍለጠኪዶ?
- እቲ ምንቅስቓሳት ካብቲ ዝነበሮ ሓዩሉዶ?
- ምንቅስቓስ ናይቲ ዕሸል ከምቲ ዝነበሮ ድዩ ዘሎ?

ምንቅስቓስ ውላድኪ መዝገብ ውዕሎ ጽሓፊ (ነዚ ንምግባር ሓደ መገዲ እንሆ)፡- Mitt barns bevegelser (PDF).

እቲ ዕሸልኪ ምሉእ መዓልቲ ይንቀሳቐስ። እንተደሊኺ ወይ ድማ እቶም ምንቅስቓሳት ተቐይሮም እንተኾይኖም ርግጸኛ እንተዘይኮይንኪ ኣብ መዓልቲ ካብ ሓደ ግዜ ንላዕሊ ነቲ ምንቅስቓሳት ክትከታተልዮ ትኽእሊ ኢኺ።

ውሑድ ምንቅስቓስ ህጻን ኣብ ከብዲ

ኣብ ከብዲ ውሑድ ምንቅስቓስ ዕሸል   ጽቡቕ ከም ዘየለ ምልክት ክኸውን ይኽእል። እቲ ኣገዳሲ ምልክት ምንቅስቓስ ከም ዝውሕደኪ ወይ ድማ እቶም ምንቅስቓሳት ሓይሊ ከም ዝስእኑ እዩ።

ውሑድ ምንቅስቓስ ህጻን እንተ ኣጋጢሙኪ ብቕልጡፍ ናብ ክፍሊ ወሊድ ርክብ ግበሪ። ጽባሕ ክገብሮ እየ ኢልኪ ኣይትጸበዩ! ኣብ ከምዚ ኵነታት እቲ ጉዳይ ብዕቱብ እዩ ዝርአ።

እቲ ምንቅስቓስ ዕሸል ካብቲ ቅድም ዝገብሮ ዝነበረ ምውሓዱ ርግጸኛ እንተ ዘይኴንኪ?

- ብ ጎንኺ ደቂስኪ ምንቅስቓስ ውላድኪ ተኸታተሊ። ምሉእ ብምሉእ ኣብ ምንቅስቓስ ውላድኪ ክተተኩሪ ምእንቲ ኩሉ ኣብ ከባቢኺ ዘሎ ህዱእ ምዃኑ ኣረጋግጺ። ኣብ ውሽጢ 1 ክሳብ 2 ሰዓታት ካብ እቲ ዕሸል ዝኾነ ምንቅስቓስ እንተዘይተሰሚዑኪ፣ ብቑልጡፍ ናብ ክፍሊ ወሊድኪ ደውሊ። ቅድሚ ንምርመራ ምእታውኪ ዳግማይ ነዚ ክትገብሪ ምእንቲ ከይትሕተቲ ቀዲምኪ ነቲ ምንቅስቓሳት ከም ዝተኸታተልክዮም ኣፍልጥዮም።
- ኣብ ውሽጢ 1 ክሳብ 2 ሰዓታት ውሑድ ምንቅስቓሳትን/ወይ ድማ እቲ ምንቅስቓሳት ካብቲ ንውላድኪ ንቡር ዝኾነ ሓይሊ ዝወሓደ ሓይሊ ዘለዎ ኮይኑ እንተተሰሚዑኪ፣ ብቕልጡፍ ናብ ክፍሊ ወሊድ ደውሊ። ንውላድኪ ንቡር እንታይ ምዃኑ እንተዘይፈሊጥኪ፣ ኣብ ክፍልታት ወሊድ ዝውሰድ ሕጊ ጥዑይ ህጻን መብዛሕትኡ ግዜ ንቑሕ ኣብ ዝኾነሉ እዋን ኣብ ውሽጢ 2 ሰዓታት ትሕቲ 10 ርጊሒታትን ምንቅስቓሳትን ኣዝዩ ሳሕቲ እዩ።
- ሕጂ'ውን ብዛዕባ ኣገባብ ምንቅስቓስ ውላድኪ ትጭነቕን ርግጸኛ እንተዘይኮንኪ፣ መምርሒ ንምርካብ ናብ ክፍሊ ወሊድ ደውሊ። ኣብ ናይ ገዛእ ርእስኺ ግንዛበ ተኣማመኒ፡ ምኽንያቱ ንስኺ ኢኺ ዝያዳ ኣብ ማሕጸንኪ ንዘሎ ንዕሸል ትፈልጥዮ።
- ናይ እቲ ዕሸል ምንቅስቓስ ጽቡቕ ገይሩ እንተ ተፈሊጡኪ ክትቀስኒ ኢኺ። ንክፍሊ ሕርሲ ምርካቦም'ውን ኣየድልየክን እዩ።

መብዛሕትኣን እተን ውሑድ ምንቅስቓስ ተሰሚዑወን ዝነበራ ደቂ ኣንስትዮ፡ ኣብ ጥንስን ሕርስን ጸገም ከየጋጠመን ጥዑያት ሕጻናት ዝወለዳ ኣለዋ።

ከየቸግር እየ ኢልኪ ኣይትፍርሒ! ክንደይ ግዜ ውሑድ ምንቅስቓስ ህጻን የጋጥመኪ ብዘየገድስ፣ ኩሉ ግዜ ንክፍሊ ወሊድ ርኸቢ።