

الفصل
الثاني

obeykandi.com

التسوق

2

للطفل

قاومت إغراءات الشراء لشهور

وانت تمرين أمام محلات وأقسام حاجيات
الأطفال . إلا أنه الآن ، ولم يتبق سوى أسابيع على
ميعاد الوضع فقد أصبح من الضروري ابتياع
حاجيات المولود .

بيد أن عليك مقاومة حافز إغراءات البائعات المتمرسات لبيع أى شىء لديهن فقد يحفزك إغراء البائعة على نسيان أنك ستلتقي بعض الحاجيات من أقاربك ، وكذلك الهدايا التى ستنهال عليك ، وأيضاً أنه سيجرى غسل ملابس الطفل التى تتسخ . فقد ينتهى الأمر بك إلى ملء حقائب من الملابس واللعب والأشياء الأخرى التى لن تستعملها نظراً لنمو الطفل السريع .

بدلاً من ذلك ، قومي بحساب الحد الأدنى من الاحتياجات ، واستعملى قائمة التسوق الموضحة لاحقاً ، وواجهي البائعة مسلحة بتلك الخطوط الإرشادية :

- لا تشتري الكسوة الكاملة التى توجد فى المحلات التجارية ، أو فى أية قائمة أخرى . استعملى تلك القوائم للاسترشاد فقط .

- تذكرى عدد المرات التى ستغسل فيها ملابس الطفل . فإن كان هذا سيحدث بشكل شبه يومى ، ابتاعى أقل عدد مقترح ، وإن لم يتيسر هذا ، اشترى أعداداً أكبر .

- اشطبي من القائمة ما يصلك من ملابس قبل الولادة.

- إذا سألك الأصدقاء والأقارب عما تحتاجينه، لا تشعرى بالخرج، فالأفضل لهم إهدائك بما تتفعين به على الفور. اقترحي عليهم أشياء مختلفة بأسعار مختلفة كي تمنحهم حرية الاختيار.

- أجلى ابتياح مالا تحتاجينه على الفور (مقعد الطعام، مقعد بانيو الحمام، ألعاب الأطفال الأكبر سناً، أو أشياء قد لا تستعملينها) أطقم كاملة من البيجامات والمناشف والتي شيرتات) إلى أن تتلقى جميع الهدايا.

- ركزي على شراء مقاسات من ٦: ٩ أشهر. قد تحتاجي زوجاً من الفانلات مقاس ٣ أشهر وطقماً أو اثنين مناسبين تماماً للوليد للخروج. إلا أنه من العملى أن تقومي بشي الأكمام وتحملتي منظر الملابس التسعة لأسابيع قليلة حتى يملأ جسم الطفل ملاسه. لا تقومي بإفراغ مشترواتك في خزانة الطفل فوراً. ابق عليها في أكياس الخلات التي

اشتريتها منها لأنك قد تلدي طفلاً كبير الحجم فيصبح بإمكان أحد أقاربك استبدال ما اشتريت وأنت في المستشفى. وبالمثل إذا وصل طفلك مبكراً، يكون بالإمكان استبدالها بمقاسات أصغر.

- تنهى إلى فصل السنة الذى ستلدين فيه. إن كان موعد ولادتك فى نهاية فصل ما، ابتاعى عدداً قليلاً مناسباً للطقس، ثم ابتاعى الباقي ليناسب طقس الفصل التالى.

- ركزى على ما هو مناسب ومريح أكثر من تركيزك على الموضة. فقد تكون الأردية ذات الأزوار الصغيرة على حافة فتحة الرقبة جميلة، إلا أن تثبيتها أثناء بكاء الطفل على منضدة الغيار لن يكن محبباً. قد يبدو فستان من الأورجانزا رائع الجمال إلا أن هذا النوع من القماش لا يناسب جلد طفلك الحساس. ابحتى دائماً عن أردية من أقمشة لينة يسهل العناية بها، تغلق فتحاتها بيسر ودون استعمال أزوار، وفتحات رأس متسعة، أو فتحات تقفل تلقائياً عند الرقبة، ونهايات تفتح بسهولة لتغيير الخفاضات. نحاشى الشرائط والخيوط الطويلة التى قد تمثل خطراً، أو الخياطيات الخشنة التى قد تحتك بجلد الطفل. وأحد مساحات الملابس المهمة هى توفير مساحة لنمو الطفل، وحمالات للكثف يمكن تعديلها، وأقمشة قابلة للتمدد، وعدم وجود خط وسط فى الأردية المكونة من قطعة واحدة (السالوبيت) أو وجود خط مطاطى للوسط (أستيك)، و صفيين من مثبتات الفتحات اللاصقة فى ثياب النوم، وسراويل يمكن طي أطرافها إلى أعلى. أما البيجامات التى لها أماكن للأقدام فيجب أن يكون طولها وفقاً لمقاس الطفل أو أن يكون بها ه أستيكه عند الكاحل كى تبقى الأقدام فى موضعها.

- إن لم تكونى قد علمت نوع جنينك لا تتباعى كل الملابس ذات ألوان صفراء أو خضراء خاصة وأن هذه الألوان لا تناسب بشرة كثير من الأطفال. فبإمكان الذكور والإناث ارتداء الألوان الزرقاء والحمراء. وإذا أمكنك الانتظار حتى ولادة الطفل فبإمكانك ابتياع الملابس ذات الألوان التى تناسب بشرته.

- حينما تتباعين أثاث الطفل، فإن خاصيات الأمان وسهولة الاستعمال تعلقو على الشكل والذوق.

الفصل الثامن : التسوق للطفل

- حينما تتعاطى حاجيات تنظيف وتجميل الطفل ، ابتاعى ما تحتاجينه فقط . ولدى مفارقتك المنتجات ، ابحتى عن المركبات الخالية من الكحول والتي تحوى الحد الأدنى من الصبغات الصناعية أو المواد الحافظة أو المواد الكيماوية الأخرى . لا تشتري بودرة أطفال فليس لها أية فائدة طبية لكنها تسبب تهيجات جلدية أو تتجمع فى فتحات جسد الطفل وقد تكون خطيرة إذا استنشقتها وقد تسبب فى السرطان إذا احتوت مادة التلك talcum .

- حينما تملكين صندوق أدوية طفلك ، املئيه بكل ما قد تحتاجين إليه فى حالات الطوارئ مع أمل منك ألا تضطرى إلى استعماله ، وإلا فقد تجدى نفسك عاجزة إن استيقظ الطفل فى منتصف الليل وحرارته مرتفعة دونما وجود علاج لديك له ، أو إذا أصيب بحالة تسمم دونما وجود عقار مقيى .

أول خزانة ملابس الطفل

- من ٣ : ٧ قمصان أو فانات داخلية : المفتوحة من الأمام ، أو التى تقفل بسهولة من الجانبين تناسب حديثى الولادة ؛ إلا أن الأسهل فى الاستعمال هى التى تلبس من الرأس . أما الفانات الداخلية التى تقفل من الجزء الأسفل فغير مناسبة لعدم ثبات الأزرار مما يعرض الطفل للعرى فى الجو البارد .

- من ٣ : ٨ أردية للنوم

- من ٢ : ٣ بطانية أطفال إذا وضعت طفلك فى الخريف أو الشتاء . لا تستعملى تلك التى على شكل أكياس بمجرد أن أن يبدأ طفلك فى التحرك .

- من ٣ : ٤ ألبسة مانعة لتسرب السوائل إذا كنت تنوين استعمال حفاظات قسائية . أما إذا كنت تنوين استعمال الأنواع التى تمنع تسرب السوائل فابتاعى زوجاً واحداً فقط من تلك الألبسة للمناسبات .

- من ٢ : ٣ زوج من أحذية المواليد أو الجوارب القصيرة .

- من ٣ : ٦ أردية لها أقدام لمواليد الخريف والشتاء ومن ٢ : ٣ لمواليد الربيع .

- من ٤ : ٦ أطقم تزرر «بكباسين» من أصفل لمواليد الربيع والصيف .

- ٢ ميدعة (مربلة) قابلة للغسيل .

- من ١ : ٢ جاكيت خفيف للصيف وثقيل للشتاء .

- من ١ : ٣ أغطية للرأس خفيفة واقية من الشمس فى الصيف وثقيلة تغطى الأذنين للشتاء .

خزانة الأغطية:

- من ٣ : ٦ بطانية لتلقى الطفل وفقاً للفصل الذى يولد فيه .

- من ٣ : ٦ ملايات لسرير الطفل أو عربته .

- من ٢ : ٦ أغطية سرير مانعة لتسرب المياه .

- ٢ بطانية قابلة للغسل لسرير الطفل ، خفيفة للصيف وثقيلة للشتاء .
تحمشى الكرانيش الطويلة والخيوط السانبة عند الأطراف ، والأخفة .

- من ١ : ٢ بطانية لعربة الطفل .

- من ٢ : ٣ مناشف ذات أغطية لرأس الطفل .

- من ٢ : ٣ مناشف صغيرة لينة لغسل الطفل وتجميمه .

- حوالى ١٢ حفاظة قماش مربعة لحماية كتفيك وأنت تحمسين الطفل ولحماية
الملايات من لعاب الطفل .. إلخ .

- حفاظات : ابتاعى عدداً كبيراً من الحفاضات القماشية أو تلك التى يتخلص منها
بعد الاستعمال .

أدوات نظافة وتجميل الطفل:

توضع الأشياء التى تستخدمينها وأنت تغيرين حفاظات الطفل على رف أعلى
مائدة غيار الطفل يكون بعيداً عن متناول يديه وليس بعيداً عن متناول يديك .

- صابون أطفال أو سائل حمام الطفل ويستعمل بقدر قليل .

- شامبو أطفال لا يتسبب فى حرقان عينيه .
- زيت أطفال baby oil ، وهو ليس ضرورياً إلا فى حالة إرشادات الطبيب .
- كريم لالتهابات الحفاضات .
- فازلين لتزيت ترمومتر المستقيم .
- ماشف صغيرة للاستخدام عند تغيير الحفاضات وغسل الأيدي .. إلخ
- استعمالى كرات القطن والمياه العادية فقط لنظافة الجزء الأسفل من جسم الطفل فى الأسابيع الأولى ولدى وجود التهابات .
- كرات قطن معقم لتنظيف أعين الطفل ولتقطير الكحول على السرة .
- دبابيس حفاضات ذات رءوس معدنية فى حالة استعمال حفاضات قماشية .
- مقص أو قصافة لأظافر الطفل .

صندوق الأدوية

- جهزى هذه المتطلبات بدلاً من شرائها عند الاحتياج ، واستشيرى الطبيب ، مع حفظها بعيداً عن متناول الأطفال .
- بدائل للأسبرين السائل مثل Baby Tylenol ، أو Tempra أو Panadol أو بدانلها .
- فحم سائل إذا أوصى به الطبيب .
- مسهلات سائلة ؛ مركبات لحديثى الولادة وتستعمل فقط وفقاً لأوامر الطبيب .
- كريم مطهر .
- بروكسيد الهيدروجين لتنظيف الجروح .
- لوسيون Calamine أو كريم ملطف لقرص التاموس أو الالتهابات .
- محلول جفاف إذا أوصى به الطبيب لعلاج الإسهال ، وعادة لا يحتاجه أطفال الرضاعة الطبيعية .

- كحول لتطهير وتنظيف الترمومتر .
- ملعقة مدرجة، وقطارة، وحقنة للفم (سرنجة) لإعطائه الدواء.
- ضمادات معقمة من الشاش وخلافه بأحجام وأشكال مختلفة.
- شريط لاصق للضمادات.
- ملقاط.
- شفاطة أنف أو سرنجة بصلية الشكل لتنظيف الأنف الممتلئة من الداخل.
- ترمومتر، يفضل الترمومتر المستقيمي المعتاد أو الأنواع الأحدث. أما النماذج الرقمية فغير دقيقة.
- بطارية قلمية صغيرة للكشف عن التهابات الحلق وبؤبؤ العينين.
- ضاغط للسان لفحص الحلق.
- قربة مياه ساخنة أو ما شابهها لتخفيف المغص أو آلام العضلات.

تجهيزات الأغذية:

- زجاجة بحلمة للمياه، أو للإطعام في الطوارئ أو الرضاعة المدعّمة إذا كنت ترضعين طبيعياً.
- ٤ زجاجات سعة ١١٥ ملم ٣ و ١٠٠ إلى ١٢ زجاجة سعة ٢٣٠ ملم ٣ مع حلقات إن كنت تعتمدين على الرضاعة الصناعية. و ٤ : ٦ زجاجة إن كنت ترضعين طبيعياً.
- الأنواع المصنوعة من الزجاج هي الأسهل في التنظيف رغم قابليتها للكسر. لكن لا يجوز استعمالها للبن الثدي. أما الزجاجات البلاستيكية فهي نوعان: التقليدي والحديث.
- وللحلمات أشكال وأحجام عديدة (صغيرة للآلبان الصناعية والأطفال حديثي الولادة) والحجم الأكبر للعصائر والأطفال الأكبر سناً. والحلمات المصنوعة من السليكون عديمة الطعم والرائحة كما أنها لا تلتصق ببعضها ويمكن غسلها في غسالة الصحون، بالإضافة إلى أنها شفافة ومن ثم يمكن التأكد من نظافتها.

الفصل الثانی : التسوق للطفل

- معدات لتجهيز الرضعات الصناعية . وتعتمد الأشياء التي ستحتاجين إليها على نوع الألبان الصناعية Formulas التي تنوين استعمالها . لأن قائمة مشترياتك ستحوى الزجاجات والحلمات وفرش الغسيل ووعاء من البايير كس للقياس وفتاحة علب وملعقة خلط ذات يد طويلة وملاقيط . ويجب أن تكون كل هذه الأدوات قابلة للعليان .

- وعاء تعقيم .

- بزازة إذا قررت استعمالها . ابحنى عن النوع القوي الذي يتكون من قطعة واحدة وله غطاء به فتحات للتهوية وذى شكل يتوافق مع تقويم الأسنان ، وتنتج ، مثل الخدومات ، من السيلكون سهل التنظيف .

تحذير : لا تصلى البزازة بملابس الطفل بأى شريط أو رباط .

الأثاث:

ابحنى عن الأنواع التي لا يحوى طلاؤها مادة الرصاص ، أنواع متينة ليس لها نهايات بارزة ، ذات أطراف ملساء وجوانب مستديرة ، بها أحزمة أمان تلتف حول الطفل عند منطقة العانة ، والوسط . تحاشى الأطراف الخشنة والحافات المدببة والأجزاء الهشة الصغيرة التي يسهل كسرها ، أو المفاصل واللواكب الظاهرة ، والأربطة والحبال والتسرايط المتصلة بها . تأكدي من اتباع تعليمات المصنع للاستخدام والصيانة ، وتضحى سرير الطفل بانتظام وكذلك عربته والتجهيزات الأخرى للتأكد من عدم وجود مسامير مخلخلة أو دعائم انقلبت عن موضعها أو أعطاب أخرى .

- السرير : لا يجوز أن تزيد المسافة بين القضبان على ٦ سم ، كما يشترط عدم وجود تشققات فى الخشب ، وأن تكون هناك إمكانية رفع وخفض المرتبة وأن يكون ارتفاع السياج ٦٥ سم على الأقل حينما تكون المرتبة فى أعلى وضع لها ، والسياج فى أقل ارتفاع له . وأن يكون له عوارض من الصلب لضمان رسوخه وعجلات فى قوائمه لسهولة تحريكه . تحاشى الأعمدة أو المقابض البارزة .

- حاضبة السرير (المرتبة) : لا تستعملى المراتب اللينة لسرير الطفل ، ولا يجوز أن توجد مسافة تتعدى عرض إصبعي اليد بين نهاية السرير وطرف المرتبة . ابحنى عن الاكتناز والصلابة واللواكب الزنبركية الداخلية المغطاة التي يناسب مقاسها السرير .

- مصدات (جوانب) السرير: ابحثى عن النوع المحكم ذى القوائم الذى يلف جوانب السرير بأكمله مع وجود ٦ أربطة أو مجموعات من المشابك لتثبيتها فى قضبان السرير.

- المهد أو سلة الطفل: اختيارى، لكن مفيد فى الأسابيع الأولى حيث يمكن للطفل التمتع بالأماكن المريحة وأيضاً يمكنك تحريكه من مكان إلى آخر. ابحثى له عن مرتبة صلبة وقاعدة متينة راسخة ومقاس يناسب حجم الطفل الذى قد يولد كبيراً. مساحة للغيار: يمكن لهذه أن تكون منضدة، أو سطح ما مخصص للطفل، أو وحدة تركيبها من أشياء لديك. ابحثى عن ارتفاع مناسب، وبطانة قابلة للغسل، وأربطة للتثبيت، ومكان تخزين الحفاضات يسهل الوصول إليه، ومكان لحفظ أدوات نظافة الطفل.

- دلو أو سلة للحفاضات المستعملة: ابحثى عن غطاء محكم لا يمكن للطفل الذى يحبو أو يتعلم المشى فتحه (حدثت حالات تسمم للأطفال من الخلفات، وكذلك حالات غرق فيها بعض الأطفال فى أوعية تنقع فيها الحفاضات القماشية). خزانة ملابس الطفل.

- وعاء لحمام الطفل: ابحثى عن نوع ذى قاع لا ينزلق عليه الطفل، سهل التنظيف، يتسع لطفل عمره أربعة أو خمسة أشهر به مكان لإسناد الرأس والأكتاف، سهل الحمل ويسهل تصريف المياه منه.

- مقعد للمولود: ابحثى عن: قاعدة عريضة قوية وراسخة، وقاع لا ينزلق عليه الطفل وأربطة تلتف حول منطقة العانة والصدر، وحجم مناسب، ويد مناسبة لحمله. أيضاً يستحسن أن تكون هناك آلية للتأرجح وإمكانية تغيير أوضاعه وضبطها. لا تتركى الطفل حتى ولو كان صغيراً جداً فى مثل هذا المقعد بالقرب من حافة منضدة أو جدار بالإمكان السقوط من فوقه، ولا تستخدميه كمقعد سيارة.

- صندوق اللعب: ابحثى عن غطاء خفيف الوزن يمكن خلعه، أو له آلية تمنع ارتطامه بيد الطفل وجوانب وأركان ملساء للصناديق المعدنية وعدم وجود تشققات

الفصل الثانى : التسوق للطفل

فى الصناديق الخشبية، وفتحات للتنهوية فى الغطاء والجوانب، ويفضل الصندوق المفتوح، أو يستبدل بأرفف للعب.

تجهيزات الخروج:

- عربة صغيرة لتمشية الطفل Stroller: ابحنى عن مقعد ينحنى إلى الخلف حتى يمكن استعمال العربة حينما يكون الطفل صغيراً وكذلك لفترات النوم القصيرة حينما يكبر الطفل وعجلات كبيرة لسهولة الحركة أيضاً فرامل جيدة، أحزمة آمنة سهلة الاستعمال والتثبيت، يمكن طيه بسهولة (جربية)، خفيف الوزن، وقاية من الشمس والمطر؛ مفصلات لا تمسك بالأصابع، ارتفاع اليد مناسب، رف لوضع اللقافات. حينما تستعملين هذا النوع من العربات تأكدى أن آلية الطى مثبتة فى موضع الفتح، لا تثقلى اليد بالحقائب أو أشياء أخرى.

- عربة الأطفال: إذا احتجت إليها ابحنى عن: إمكانية الطى، سهولة التحريك (تأكدى أنها تناسب المرور من أبواب المنزل)، رف لللقافات، آلية آمنة لإحكام التثبيت إذا كان الغطاء قابل للخلع. تأكدى دائماً أن أية وحدة قابلة للطى مثبتة فى موضع الفتح أثناء الاستعمال.

- مقعد السيارة: ستحتاجين هذا المقعد حتى إن كنت لا تمتلكين سيارة فى حالة ركوبك سيارات الآخرين أو استعمال سيارات الأجرة. ابحنى عن: سهولة التركيب فى السيارة، حزام ذى قفل لأن هذا يجعل تثبيت الطفل وفكه أمراً سهلاً (اختبريه بنفسك)، مساحة مريحة وكافية للطفل، مساحة كافية للرؤية وسهولة الحركة للطفل الأكبر سناً، إمكان تعديل أبعاده إن كنت تعتمدين استعماله للأطفال الأكبر سناً.

- حاملة للأطفال: تثبت على مقدمة جسدك فى حالة حديثى الولادة، وعلى الظهر للأطفال الأكبر سناً، سهلة التركيب والخلع دونما مساعدة، قابل لتعديل أبعادها، أحزمة مبطنه يمكن توسيعها وتضييقها، سهولة غسلها، مسند لرأس الطفل، قاع عريض بسند مؤخره الطفل وأفخاذه. تساعد هذه الحاملة على ترك يديك حرة الحركة.

- شنطة حفاضات: ابحنى عن: أماكن كثيرة بها، أحدها على الأقل لا يسرب اللبل، حزام للكف أو الظهر، سوستة لإغلاق القسم الرئيسى.

أشياء قد يطيب لك اقتناؤها:

- كرسي هزاز: رائع لاستعماله وأنت تطعمين الطفل وتهدئته. ابحثى عن المتانة والحجم المناسب، قومى بتجربته.

- جهاز اتصال داخلى Intercom: مثالى حينما يصعب عليك سماع الصوت القادم من غرفة الطفل، ابحثى عن الأمن وسهولة الحمل.

- أرجوحة للطفل: دائماً ما تهدئى الطفل حينما يعكر مزاجه. ابحثى عن أحزمة أمان، وأسطح وأطراف ملساء، قوة تحمل، مقعد يميل إلى الخلف فى حالة حديثى الولادة، صينية للألعاب وأدوات التسلية. تحاشى الأرجوحة ذات المفصلات التى تشبك فيها الأصابع الصغيرة، أو الأجزاء الصغيرة سهلة الكسر. إذا كانت الأرجوحة من النوع الذى يُعلق بالأبواب، تأكدى من أنها تناسب ارتفاع أبواب منزلك. لا تستعملى الأرجوحة للطفل فى سن أقل من ستة أشهر.

ستحتاجين، أو تريدين، اقتناء ما يلى فيما بعد:

- كرسي طعام للطفل: يأتى فى نماذج مرتفعة ومنخفضة، ابحثى عن الأنواع المتعة: الراسخة، وصينية يمكن نزعها وتثبيتها فى مكانها بيد واحدة، حافة عريضة يستقر عليها ما يتساقط من طعام، قابل للغسل، ظهر المقعد مرتفع بدرجة كافية بحيث يمكن للطفل أن يسند رأسه عليه، أحزمة تحد الحركة، آلية أمان لتثبيت المقعد إذا كان من النوع الذى يطوى.

ما ستأخذينه معك إلى المستشفى؟

- نقود.

- ساعة لها عقرب ثوانى لحساب توقيت «الطلق».

- دفتر وقلم لتسجيل أعراض الطلق والأعراض العاطفية والجسدية.

- استمارات المستشفى الخاصة بالمعلومات والسماح المبكر بالدخول.

- لوسيون للمساج.

- «مصاصة» خالية من السكر للإبقاء على رطوبة فمك .

- جوارب قصيرة ثقيلة فى الشتاء .

- لوفة حمام .

- دفتر عناوين وأرقام تليفونات الأقارب والأصدقاء .

- كتاب مرشد به معلومات عن الوضع .

لحجرتك فى المستشفى؛

- هذا الكتاب .

- روب وثلاثة قمصان نوم (لا تختارى الأفضل لأنها ستلوث) .

- جاكيت يلبس وأنت فى السرير - شبشب .

- عطر ، أدوات تجميل ، فرشاة أسنان ومعجون أسنان .

- صابون ، مزيل للعرق ، لوسيون للمجلد ، شامبو وبلسم .

- فرشاة شعر ، جهاز تجفيف الشعر .

- نظارتك / أو العدسات اللاصقة .

- فرط صحية (قد تمدك بها المستشفى) .

- أوراق لعب ، كتب ، مجلات ، ووسائل تسلية أخرى .

- عبوات زبيب ومكسرات .

للعودة إلى المنزل : الأم

- فستان واسع .

- صدرية (للإرضاع إذا كنت سترضعى رضاعة طبيعية) .

- ملابس داخلية .

- حذاء وجورب .

- معطف أو جاكيت إذا استدعى الأمر .

للطفل :

- حفاضتان من تلك التي تستعمل مرة واحدة؛ أو أربع حفاضات قماشية مع

المشابك وأليسة تمنع البلل .

- فانلة داخلية .

- رداء أو سالوبيت .

- جورب .

- بطانية تلتقى المولود .

- جاكيت وغطاء للرأس في حالة الجو البارد .

- بطانية ثقيلة في الجو البارد .

- مقعد سيارة خاص بحديثي الولادة .

العودة إلى المنزل :

إذا سُمح لك ولطفلك بمغادرة المستشفى مبكراً، يجب تحديد ميعاد لزيارة الطبيب خلال الساعات الثماني والأربعين التالية، أيضاً راقبي المشاكل النمطية لحديثي الولادة مثل اصفرار الجلد (لاكتشاف الصفراء : اضفطي على ذراع طفلك بإبهامك، إذا تحول لون المساحة تحت إصبعك إلى اللون الأصفر، فقد يكون مصاباً بالصفراء) وأيضاً لون بياض العين (دليل على الصفراء)، ورفض الطعام، والجفاف (إذا استعمل أقل من ستة حفاضات في اليوم، أو بول أصفر غامق)؛ البكاء المستمر أو التأوه، ارتفاع درجة الحرارة، وجود بقع جلد حمراء أو قرمزية.