

Slađana Crvenkov
TREBA ZNATI

Sladana Crvenkov
Treba znati – prvih šest nedelja posle porodaja

Izdaje:

Begen Comerc d.o.o, Bačka 19, Zemun
069/604-510

Za izdavača:

Maja Veljanović

Suizdavač:

Sladana Crvenkov, Novi Sad

Recenzenti:

Prof. dr Dušanka Dobanovački,
specijalista dečji hirurg, urolog i dečji urolog
Prof. dr Dušica Rakić, pedijatar i kardiolog,
vanredni profesor na Medicinskom Fakultetu Univerziteta u Novom Sadu

Lektor i korektor:

Dragana Vidojković
diplomirani filolog opšte lingvistike

Dizajn korica:

Snežana Nikšić
diplomirani grafički dizajner

Priprema za štampu:

Radomir Milošević

Urednik knjige:

Radomir Milošević

Štampa:

Tercija d.o.o, Bor

Tiraž:

1500

Sladana Crvenkov

TREBA ZNATI

– prvih šest nedelja posle porođaja –

(Treće izmenjeno izdanje)

Novi Sad, 2021.

REČ AUTORA

Poštovani čitaoci i čitateljke,

Nakon što sam objavila prethodna izdanja ove knjige, ispostavilo se da je zainteresovanost za ovakvom vrstom štiva velika. Kroz savetodavni rad, kako na poslu, tako i kroz besplatno stručno savetovanište, pažljivo sam saslušala svaku sugestiju, kritiku i pohvalu, s velikim interesovanjem pročitala svaki mejl i dobila želju da napišem novo izdanje knjige pod nazivom „**Treba znati – prvih šest nedelja posle porođaja**”.

Pišući, fokusirala sam se na babinje – period od mesec i po dana posle porođaja koji sam dopunila pojedinim delovima. Zato smatram da knjiga koju upravo držite u rukama predstavlja pravi vodič pre svega za novonastalu mamu, ali nije na odmet da je pročitaju i tata i ostali koji će biti u direktnom kontaktu s novim članom porodice.

Cilj knjige čiji vam tekst poklanjam na upotrebu i procenu jeste da budućoj majci olakša pripremu za novu ulogu, najvažniju u njenom životu. Ukoliko ste to upravo Vi, na pravom ste mestu! Direktna motiv za dopunu i proširenje knjige su i svakodnevni razgovori s novonastalim majkama i očevima. Pažljivo oslušujući njihova pitanja, shvatila sam da ih muče iste teme i dileme. Šta da spremimo za novorođeno dete? Da li ću imati dovoljno mleka za svoje dete? Šta ako...

Roditeljstvo je novina za svaku ženu, posebno prvi dani koji predstavljaju period privikavanja i učenja novih uloga ne samo majke i oca deteta, veći ostalih članova porodice. Kod nekih žena, materinski instinkt se razvija dok je plod u materici (*in utero*), nekima posle samog čina rađanja – kada majka vidi dete, čuje plač, oseti dodir i miris novorođenog deteta, dok se kod manjeg broja majki, materinski instinkt razvija par dana posle porođaja.

Ispisujući stranice koje su sada ispred vas, potrudila sam se

da svoje iskustvo iz prakse prenesem na papir i napišem knjigu koristeći rečnik blizak vama – populaciji kojoj je knjiga namenjena, uz korišćenje što manje stručnih izraza.

Čitajući ispisane redove informisaćete se o najčešćim pojavama karakterističnim za period novorođenčeta, počev od osobina novorođenog deteta, razvoja pojedinih funkcija, pa do nege novorođenčeta i pojave najčešćih infekcija u tom periodu, sve o oporavku majke posle porođaja, dojenju i još mnogo toga. Svakako, smatram da će Vam umnogome biti olakšano i snalaženje s detetom u prvih mesec i po dana posle porođaja.

Ovde ima i korisnih informacija koje se tiču održavanja opreme za novorođenče, kao i najčešćih pitanja roditelja i odgovora na njih.

Pravovremena informisanost je prva prava korisna stvar koju budući roditelji čine za sebe i svoje novorođeno dete. Stoga u ruci imate pravo štivo, u šta ćete se i sami uveriti!

Kako budete čitale ovu knjigu, prepoznavaćete sebe i stanje u kom se nalazite i Vi i Vaše dete. I zato, pre nego što okrenete sledeći list, želim da Vam napišem još ovo: drage moje čitateljke, neka vas u životu, što mi je davno rekao jedan prijatelj, vodi moto: Šta ako? – Pa šta ako!...Uverićete se da je to odličan način rešavanja dilema.

Po rečima Imanuela Kanta:

„Podstičimo ono što je dostojno da budemo srećni!”

IZVODI IZ RECENZIJA

„Pred nama se nalazi knjiga **„Treba znati – prvih šest nedelja posle porođaja”** autorke Slađane Crvenkov, medicinske sestre visokog obrazovanja, s dugogodišnjim iskustvom u patronažnom radu s trudnicama i porođiljama. Ovo je knjiga koja trudnici i porođilji pruža obilje neophodnih informacija važnih za dolazak na svet novog bića. Autorka je detaljno i sistematično obradila svako poglavlje za budući život deteta i majke tj. roditelja. Tekst je napisan sa notom prisnosti koja čitaocima daje utisak da su stalno u dijalogu s patronažnom sestrom. Poseban detalj u napisanim redovima su obeležene informacije **„treba znati”** koje upućuju znanje majki u pravom smeru i daju sigurnost za predviđene postupke. Verujem da će se ova knjiga naći na stolu svake buduće majke i da će im biti svakodnevna literatura.”

Prof. dr Dušanka Dobanovački,
specijalista dečji hirurg, urolog i dečji urolog

„Publikaciju **„Treba znati – prvih šest nedelja posle porođaja”**, autor Slađana Crvenkov je napisala sa željom da pomogne budućim roditeljima, a posebno budućim majkama da se pripreme za dolazak njihove bebe.

Publikacija je formulisana sistematski, ima logičan sled poglavlja tako da se lako koristi. Sadrži osam poglavlja. Autor detaljno opisuje sve promene u organizmu majke posle porođaja, u periodu babinja.

Na lep i koncizan način objašnjeno je šta roditelji treba da pripreme za dolazak bebe, šta treba da znaju o osobinama novorođenčeta i razvoju pojedinih funkcija, zatim koje promene mogu očekivati kod novorođenog deteta. Autor je veoma detaljno opisao ishranu i negu novorođenčeta u kućnim uslovima. Dati su odgovori na najčešća pitanja i nedoumice roditelja tokom novorođenačkog perioda.

Posebna vrednost publikacije je što se jedna složena i stručna problematika izlaže jasno, pregledno bez nepotrebnih detalja koji bi opterećivali čitaoca.

Ova publikacija bi trebalo da se nađe na radnom stolu medicinskih sestara u primarnoj zdravstvenoj zaštiti, u savetovalištu za trudnice i malu decu, jer pomoć medicinskih sestara u tom periodu je od velikog značaja za buduću majku, novorođenče i čitavu porodicu.

Namena publikacije može biti višestruka, počev od porodice, škole, stručnih i humanitarnih organizacija, do obrazovnih i zdravstvenih ustanova, ali nesumnjivo najveću korist će imati budućí roditelji.

S obzirom na svoju univerzalnost, publikacija nema ni teritorijalno niti vremensko ograničenje, te je najtoplije preporučujem.”

Prof. dr Dušica Rakić, pedijatar i kardiolog,
vanredni profesor na Medicinskom Fakultetu Univerziteta
u Novom Sadu

IZJAVE ZAHVALNOSTI

Pisanje i slaganje misli i znanja u celinu uvek iziskuju motiv. Ovoga puta, moj najveći motiv za pisanje su dobijeni komentari čitateljki prethodnih izdanja ove knjige.

Tokom pisanja, bilo je lepo sarađivati sa prof. dr Dušankom Dobanovački koja je objavila više knjiga, mnogo stručnih radova na srpskom i engleskom jeziku, velikim humanistom i ženom koja nesebično pruža i prenosi stečeno znanje, od koje sam uz razgovor puno naučila, koja je s mnogo sluha čitala ispisane stranice, dala mi sugestije i smernice za pisanje.

Mnogo su mi značili i saveti prof. dr Dušice Rakić, vanrednog profesora na Medicinskom fakultetu Univerziteta u Novom Sadu, autora mnogih stručnih radova i priručnika za praćenje zdravstvenog stanja i unapređenje zdravlja dece i adolescenata.

Za realizaciju ove knjige, u okviru stručno-medicinske sfere, i ocenu kvalitativnih i kvantitativnih elemenata zaslužni su recenzenti – prof. dr Dušanka Dobanovački, specijalista dečji hirur, urolog i dečji urolog i prof. dr Dušica Rakić, specijalista pedijatar i subspecijalista kardiolog. Ovim putem zahvaljujem im se na pomoći i pažljivom čitanju.

Veliku zahvalnost dugujem i prof. dr Aleksandri Novakov Mikić, specijalisti ginekologije i akušerstva, subspecijalisti perinatologije koja mi je bila od neprocenjive pomoći, iščitala sve i dala svoje sugestije.

Zahvaljujem se i lektoru ovog izdanja, Dragani Vidojković, diplomiranom filologu opšte lingvistike, koja je iščitala ovo štivo s puno ljubavi i pažnje.

Violeti Babić, piscu i lektoru, autoru mnogih knjiga dugujem zahvalnost, kako u izboru naslova, tako i u pojašnjenju nedoumica koje sam imala.

Za prigodan dizajn korica pobrinula se moja dobra drugarica Snežana Nikšić kojoj se takođe zahvaljujem.

Pripremu za štampu realizovao je Radomir Milošević, dobar prijatelj, koji je uz svoju porodicu i posao, posle završetka pisanja teksta, gotovo svakodnevno komunicirao sa mnom, davao mi pregršt ideja, doprineo kvalitetu rada i dao maksimum truda da knjiga ode u štampu.

Zahvaljujem se i izdavačkoj kući Begen Comerc i direktorici Maji Veljanović koja se potrudila da se ovo izdanje knjige odštampa i izda.

Treba znati: Ovo izdanje ne bi ugledalo svetlost dana bez nesebične pomoći prijatelja knjige iz Philips Avent, koji su mi ukazali poverenje i kojima dugujem veliku zahvalnost.

Neizmerno hvala mojoj porodici, prvenstveno mami, na ljubavi, podršci, razumevanju, strpljenju i veri u mene, a posebno sestričini i sestriću Jovani i Nemanji Milošević.

Proleća Gospodnjeg 2021. godine u Novom Sadu

***MOJIM NAJDRAŽIM ANĐELIMA
JOVANI I NEMANJI S LJUBAVLJU!***