

# 아기 돌보기

## Caring for Your Baby

There are some things you need to learn to care for your baby. Talk to your baby's nurse or doctor if you have questions.

### Feedings

If you are breastfeeding your baby, you may need to feed your baby every hour for the first few days. Later on, your baby can go 3 to 4 hours without breastfeeding. Let your baby nurse on the first breast as long as possible, then offer the second breast. Some babies nurse quickly, in 15 minutes, others take more time, like 30 minutes. This is all normal. Burp your baby when changing breasts. Watch the foods you eat. Some things you eat may upset your baby's stomach or cause gas.

If you are bottle-feeding your baby, offer formula every 3 to 4 hours. Begin giving your baby 1 to 3 ounces of formula at each feeding. Slowly increase the amount of formula. Burp your baby after every few ounces.

Babies have growth spurts in the first 6 months, and will eat more often during them. Watch for feeding cues and feed your baby whenever your baby wants to eat.

### Feeding Cues

Your baby will give you signals of hunger called feeding cues. Your baby's feeding cues may include:

- Clenched fists
- Hands to mouth
- Licking of lips

아기를 돌보기 위해 배워야 할 것들이 있습니다. 문의 사항이 있으면 아기의 간호사 또는 의사와 상담하시기 바랍니다.

### 수유

만약 아기에게 모유를 먹고 있다면, 처음 며칠 동안은 매 시간마다 아기에게 모유를 먹여야 할 수도 있습니다. 나중에 3~4시간에 한번씩 수유를 먹여도 됩니다. 아기에게 가능한 한 첫 번째 유방에서 오래 먹인 다음, 두 번째 유방으로 교체해 주십시오. 어떤 아기들은 빨리 15분 안에 먹는데 다른 아기들은 30분 정도로 더 많은 시간이 걸립니다. 이 시간은 모두 정상입니다.

유방을 바꿀 때 아기가 트림하게 하십시오. 여러분이 먹는 음식을 조심하십시오. 여러분이 먹는 어떤 음식들은 아기의 배를 탈나게 하거나 가스를 유발할 수 있습니다.

만약 여러분이 아기에게 우유를 먹고 있다면, 매 3~4 시간마다 먹이십시오. 매번 젖을 먹일 때 아기에게 1에서 3온스의 양을 주기 시작하십시오. 양을 천천히 늘리십시오. 몇 온스 먹인 때마다 아기가 트림하게 하십시오.

아기들은 첫 6개월 동안 급성장기로 그 동안 더 자주 먹을 것입니다. 아기가 먹고 싶어하는 눈치를 잘 보고 먹고 싶어 할 때마다 아기에게 젖을 먹이십시오.

### 먹고 싶어 하는 눈치

여러분의 아기는 여러분에게 먹고 싶어 하는 눈치라고 불리는 배고픔의 신호를 보낼 것입니다. 아기가

먹고 싶어 하는 눈치에는 다음이 포함됩니다:

- 주먹 쥐기
- 손을 입으로 가져가기
- 입술 핥기

- Moving of arms and legs
- Turning the head towards your body
- Sucking sounds
- Crying

Your baby will also show signs when he is full such as fingers open, hands down to his side, relaxed arms and legs, turning head away or biting the nipple.

## Burping and Spitting Up

Burp your baby by sitting him upright or holding him up against your chest. Rub or gently pat his back until the air bubble comes up.

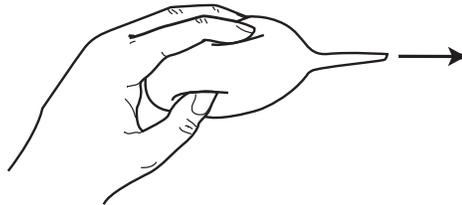
It is normal for your baby to spit up small amounts after a feeding or with burping.

**Call your baby's doctor** if your baby is spitting up large amounts often or with force.

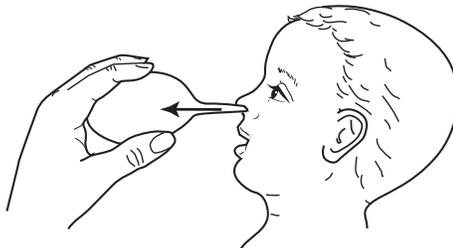
## Bulb Syringe

You can use a bulb syringe to clear out mucus from your baby's nose.

1. Squeeze the air out of the bulb.



2. Gently insert the tip into the nose and then slowly release the bulb. Do not force the tip high into the nose.



- 팔과 다리 움직이기
- 머리를 엄마 쪽으로 돌리기
- 젓 빠는 소리 내기
- 울기

여러분의 아기는 또한 배가 부를 때 손가락을 벌리거나, 손이 옆으로 내려가거나, 팔과 다리를 펴고, 고개를 돌리거나, 젓꼭지를 물어뜯는 등의 신호를 보일 것입니다.

## 트림 및 뱀기

아기를 똑바로 앉히거나 여러분의 가슴에 기대어 앉혀서 트림하게 하십시오. 공기 방울이 올라올 때까지 아기의 등을 문지르거나 부드럽게 두드리세요.

젖을 주거나 트림을 한 후에 아기가 소량의 침을 뱀는 것이 정상입니다. 만약 아기가 많은 양을 자주 뱀거나 억지로 뱀는다면, 아기 치료 의사를 부르십시오.

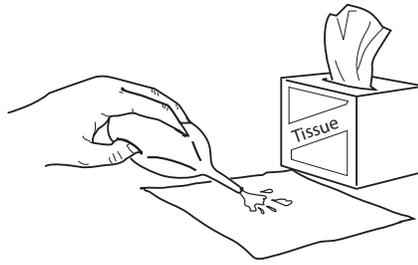
## 망울 주입기

망울 주입기를 사용하여 아기의 코에서 점액을 제거할 수 있습니다.

1. 망울의 공기를 짜내십시오.

2. 끝을 코에 부드럽게 꽃아넣은 다음 망울을 천천히 푸십시오. 끝을 코 속으로 억지로 넣지 마십시오.

3. Remove the bulb and squeeze any fluid into a tissue.
4. Repeat as needed.
5. After you are done, wash the bulb syringe with soap and warm water.



3. 망울을 제거하고 액체를 휴지에 짜 넣으십시오.
4. 필요한 경우 반복하십시오.
5. 다 한 후에, 망울 주입기를 비누와 따뜻한 물로 씻으십시오.

Be gentle and do not use the bulb syringe too much. This can cause your baby's nose to swell. Suctioning the sides of your baby's mouth in the cheek area can be a better option, but be careful not to suction the back of the mouth or throat, which can cause gagging.

부드럽게 다루고 망울 주입기를 너무 많이 사용하지 마십시오. 이 행위는 아기의 코를 부어 오르게 할 수 있습니다. 아기 입의 옆 부분을 볼 부위에 흡착하는 것이 더 좋을 수 있지만 입이나 목구멍의 뒷 부분을 흡착하지 않도록 주의하십시오. 구토할 수 있습니다.

## Cord Care

The baby's umbilical cord is clamped at birth. The clamp is removed in the hospital. It usually takes 7 to 14 days before the cord falls off by itself. Do not try to remove the cord. Until the cord is healed, keep the diaper below the cord.

Keep the area clean, dry and open to the air. If the area becomes dirty with urine or poop, sponge bathe the area gently with warm water and pat or air dry. Do not put your baby in a tub of water until the area has healed.

When the cord falls off, there may be a small amount of drainage or a few drops of blood. **Call your baby's doctor** if the cord smells bad, has yellow or green discharge, is bleeding more than a few drops, or if the skin around it becomes red or seems painful to the baby.

## 탯줄 관리

아기의 탯줄은 태어날 때 클램프로 고정되어 있습니다. 클램프는 병원에서 제거됩니다. 탯줄이 저절로 떨어지기까지는 보통 7~14일이 걸립니다. 탯줄을 제거하려고 하지 마십시오. 탯줄이 다 나올 때까지 기저귀를 탯줄 밑에 두십시오.

부위를 깨끗하고, 건조하며, 공기가 통하도록 유지하십시오. 만약 그 부위가 소변이나 대변으로 더러워진다면, 따뜻한 물로 그 부위를 스펀지로 부드럽게 씻어 내고 가볍게 두드리거나 공기로 말리십시오. 그 부위가 나올 때까지 아기를 욕조에 넣지 마십시오.

탯줄이 떨어지면 소량의 배수가 나오거나 피가 몇 방울 떨어질 수 있습니다. 탯줄에서 악취가 나고, 노란색이나 녹색의 분미물이 있거나, 몇 방울 이상의 출혈이 있거나, 주위의 피부가 붉어지거나 아기에게 고통스러워 보이면 의사에게 전화하십시오.

## Bowel Movements

Most babies will have a sticky and dark bowel movement within 48 hours. The stool will change to greenish-brown, then to a light yellow, mustard color. Breast milk stool will become watery and mustard in color. Formula stool is more formed and yellow in color. As long as your baby is comfortable, do not worry about how often they have bowel movements. Soft stool is normal.

- Call your baby's doctor if your baby has diarrhea or very loose stool for more than 24 hours.
- Call your baby's doctor if your baby's stool is very hard or difficult to pass.
- Do not give your baby home remedies or medicine unless told to do so by your baby's doctor.

## Urine

Expect 5 to 6 wet diapers each day by the time the baby is 5 days old. Babies can lose fluids very fast. If you think your baby is not getting enough liquids, feed him every 2 hours. Call your baby's doctor if your baby is not having enough wet diapers.

## Diaper Change

Change the diaper when it becomes wet or dirty. This will help prevent skin rashes. Talk to your baby's doctor or nurse about a product to use if your baby's skin becomes red. Use a wet washcloth or baby wipes to gently clean the area and between the folds of skin and genitals.

- For girls – Clean the genitalia from front to back. This avoids getting stool into the opening leading to the bladder, which may cause an infection.
- For boys – Gently clean the penis. If not circumcised, do not pull back on the foreskin to clean it.

## 배변

대부분의 아기들은 48 시간 내에 끈적끈적하고 어두운 배변을 하게 됩니다. 변은 녹갈색으로 바뀌었다가 옅은 노란색, 겨자색으로 바뀝니다. 모유 변은 물기가 많고 겨자색으로 될 것입니다. 형태가 있는 변이 점점 더 형성되고 색상이 노랗게 됩니다. 아기가 편안해 하는 상태에서는 얼마나 자주 변을 보든 걱정하지 마십시오. 무른 대변은 정상입니다.

- 아기가 설사를 하거나 24 시간 이상 아주 묽은 변을 보면 의사를 부르십시오.
- 아기의 변이 매우 딱딱하거나 힘들게 변을 본다면 의사를 불러주십시오.
- 의사가 지시하지 않는 한, 아기를 집에서 치료하거나 약을 주지 마십시오.

## 소변

아기가 태어난 지 5 일이 될 때까지 매일 5~6 번은 기저귀가 젖을 것으로 생각하십시오. 아기들은 매우 빨리 수분을 소모할 수 있습니다. 만약 아기가 수분이 충분하지 않다고 생각한다면, 매 2 시간마다 젖을 먹이십시오. 아기가 기저귀를 충분히 적시지 못하면 의사에게 전화하십시오.

## 기저귀 교체

기저귀가 젖거나 더러워지면 갈아주십시오. 이렇게 해야 피부 발진을 예방할 수 있습니다. 아기의 피부가 붉어지면 사용할 제품에 대해 의사나 간호사와 상의하십시오. 젖은 수건이나 아기용 물티슈를 사용하여 피부 및 성기의 주름진 부분 사이를 부드럽게 씻어 주십시오.

- 여자 아기인 경우 생식기를 앞쪽에서 뒤쪽으로 씻어 내십시오. 이렇게 해야 방광으로 통하는 개구부로 대변이 들어가는 것을 방지하여 감염을 차단할 수 있습니다.
- 남자 아기의 경우 음경을 부드럽게 씻어 냅니다. 할례를 하지 않은 경우, 포피를 잡아 당겨 씻어 내지 마십시오.

## Fingernails

Keep your baby's nails short so they do not scratch themselves. Find a position that lets you access your baby's hands. It is best to use a nail file (emery board) instead of baby nail scissors or clippers. Gently rub back and forth with the file until the nail is short and smooth. Use care not to file the baby's skin. If you use baby nail clippers, be careful not to clip the baby's skin.

## 손톱

아기가 자기 손톱으로 긁지 않도록 손톱을 짧게 깎아주십시오. 아기의 손에 접근할 수 있는 위치에 있으십시오. 아기용 손톱 가위나 손톱 깎기 대신 손톱 줄 (에머리 보드) 을 사용하는 것이 가장 좋습니다. 손톱이 짧고 부드러워질 때까지 손톱 줄로 앞뒤로 부드럽게 문지르십시오. 아기의 피부를 쓸지 않도록 주의 하십시오. 아기 손톱 깎기를 사용하신다면 아기의 피부를 자르지 않도록 조심하십시오.

## Sleeping

Always put your baby on his or her back for sleeping.

Follow the ABC's of safe sleep:

- **ALONE**- babies need to sleep on their own surface. Bed sharing is not safe.
- **BACK**- babies should be on their back for every sleep.
- **CRIB**- the crib should be empty. This means no toys, no bumper pads, no pillows, no blankets, no stuffed animals and no supplies.

Having your baby in a onesie sleeper or sleep sack is safest. Pacifiers are okay as long as they are not hanging around your baby's neck.

## 취침



항상 아기가 등을 대고 자도록 하십시오.

ABC의 안전 수면 순서를 따르십시오.

- **혼자** - 아기들은 자신의 깔개에서 자야 합니다. 한 침대에서 자는 것은 안전하지 않습니다.
- **뒷등** - 아기들은 매번 잠을 잘 때마다 등을 대고 자야 합니다.
- **아기 침대** - 아기 침대는 비어 있어야 합니다. 이것은 장난감, 범퍼 패드, 베개, 담요, 박제 동물, 다른 물품이 없다는 것을 의미합니다.

아기를 잠옷이나 잠주머니 속에 두는 것이 가장 안전합니다. 고무 젓꼭지는 아기의 목에 걸려 있지 않는 한 괜찮습니다.

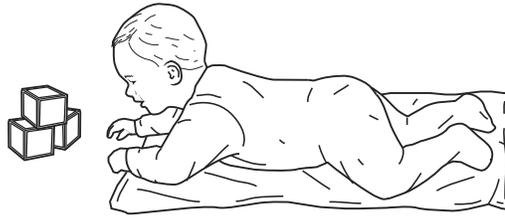
## Tummy Time

Place your baby on his or her stomach while you spend time with your baby when he or she is awake and ready to play. This will help your baby's muscles in the neck, arms and body get stronger. It also helps your baby avoid flat spots on his or her head, and help your baby learn how to roll, sit, crawl, and pull to stand.

Start out with just a few minutes at a time, a few times each day.

Increase the time as your baby gets used to it and begins to like it.

Play with your baby in this position. Never leave your baby alone on his or her stomach.



## 터미 타임

아기가 깨어 있고 놀 때 여러분이 아기들과 시간을 보내는 동안 여러분의 뱃 위에 아기를 놓으십시오. 이렇게 하면 아기의 목과 팔, 몸의 근육이 더 튼튼해지도록 합니다. 이렇게 하면 또한 아기가 머리 위의 평평한 지점을 피하도록 도와주고, 아기가 구르고, 앉고, 기고, 그리고 서는 방법을 배우도록 도와줍니다.

한 번에 몇 분씩, 매일 몇 번씩 시작하십시오.

아기가 그것에 익숙해지고 그것을 좋아하기 시작하면 시간을 늘리십시오.

이 자세로 아기랑 노십시오. 절대 아기를 배 위에 혼자 두지 마십시오.

## Room Temperature and Dress

Dress your baby with one extra layer more than you are wearing. Do not overdress your baby or let him get too warm. Your baby's room should be at a temperature that is comfortable for an adult. Air conditioning is not harmful to your baby, but keep your baby away from fans and drafts.

## 실내 온도 및 옷

여러분이 입고 있는 옷보다 한 벌 더 아기에게 입히십시오. 아기에게 옷을 너무 많이 입히거나 너무 덥게 하지 마십시오. 아기의 방 온도는 어른에게 편한 온도여야 합니다. 에어컨은 아기에게 해롭지 않지만, 아기가 선풍기와 환풍기에 가까이 가지 않도록 하십시오.

## Your Baby's Temperature

Take your baby's temperature if your baby is eating poorly, feels warm to the touch, is more irritable or is hard to wake. There are different ways to take a temperature, but in the baby's bottom (rectal) is thought to give the best reading for babies.

## 아기 체온

아기가 음식을 잘 먹지 않거나, 만질 때 따뜻하고, 더 짜증을 내거나, 깨우기 힘들면 아기의 체온을 재십시오. 체온을 재는 방법은 다양하지만, 아기의 밑 (항문)은 아기에게 있어서 최고의 위치입니다.

Call your baby's doctor if you think he or she may have a fever. In general:

- Babies younger than 3 months - a rectal temperature of 100.4° F (38° C) or higher, or an armpit (axillary) temperature of 99° F (37.2° C) or higher.

## Crying

All babies cry. Crying is how babies let you know they are hungry, wet, thirsty, cold or bored. It can also be a way to release tension.

With healthy babies, it is normal:

- For the crying to come and go.
- For the baby to keep crying when you are trying to comfort them.
- For crying to happen more in the evening hours when baby is tired.
- For your baby to have a red face, clenched fists, hard and tight stomach, arched back, legs pulled up to their stomach or stiff legs.
- For the crying to last a long time.

A crying baby can frustrate and worry parents. Crying often makes parents think there is something wrong. Understanding what is normal will not make your baby stop crying, but it can make you feel better about yourself and your baby. Always check with your doctor if your baby cries more than you think your baby should.

아기가 열이 날 수도 있다고 생각되면 아기의 전문의에게 전화하십시오. 일반적으로:

- 3개월 미만의 아기의 경우 항문 체온 100.4° F (38° C) 이상 또는 겨드랑이 체온 99° F (37.2° C) 이상입니다.

## 울기

모든 아기들은 울입니다. 우는 것은 아기들이 배고프거나, 젖은 부위가 있거나, 목마르거나, 춥거나, 지루하다는 것을 여러분에게 알려 주는 방법입니다. 긴장을 푸는 방법일 수도 있습니다.

건강한 아기의 경우 다음 울기는 정상입니다.

- 때없는 울기.
- 편안하게 해주려고 할 때 계속 울기.
- 아기가 피곤한 저녁 시간에 더 많이 울기.
- 아기가 얼굴이 빨개지고, 주먹이 불끈불끈하고, 배가 단단하고, 등이 휘고, 다리를 배위로 당기거나, 다리를 뺏치면서 울기.
- 오랫동안 울기.

우는 아기는 부모들을 불안하게 하고 걱정을 줄 수 있습니다. 종종 울게 되면 부모들은 아기에게 뭔가 잘못된 것이 있다고 생각하게 됩니다. 정상적인 것이라고 이해한다고 해서 아기가 울음을 멈추는 것은 아니지만, 여러분과 여러분의 아기의 기분을 더 좋게 할 수 있습니다. 아기가 생각보다 많이 울면 항상 의사의 확인을 받으십시오.

## Soothing a Crying Baby

Respond to the crying quickly to prevent your baby from becoming too upset. This will not spoil your baby. **Never shake your baby.** This causes serious injuries. Get help or take a break before you get too upset.

Try these actions to calm your baby:

- Cuddle or swaddle your baby in a blanket and hold him close to you.
- Place your baby's head near your heart.
- Let your baby suck on his or her finger or a pacifier.
- Rock, walk with your baby or take him or her for a ride in a stroller or a car.
- Talk to your baby in a steady, soft voice.
- Sing, hum or coo softly to your baby.
- Turn on something with a rhythmic sound such as music, a fan or clothes dryer. Do not place the baby on the dryer.
- Keep the lights low and the room quiet.

Try to stay calm. Take a break. A crying baby can be stressful. Have someone watch and comfort your baby while you relax. Call your baby's doctor for advice if you feel your baby:

- Cries too much
- Cries are loud, piercing or do not stop
- Cries more than 3 hours each day and more often than 3 days each week

## 우는 아기 달래기

울 때 금방 달래 주어 아기가 너무 울어 흥분되는 것을 예방하십시오. 이것은 아기를 응석받이로 되게 하지 않을 것입니다. **절대로 아기를 흔들어 주지 마십시오.** 심각한 부상을 일으킬 수 있습니다. 너무 화가 나기 전에 도움을 받거나 휴식을 취하십시오.

아기를 진정시키기 위해 다음과 같은 조치를 취해 보십시오.

- 아기를 담요에 껴안거나 감싸서 가까이 붙들어 놓으십시오.
- 아기의 머리를 가슴 가까이에 두십시오.
- 아기가 자기 손가락이나 고무 젓꼭지를 빨게 하십시오.
- 살살 흔들어 주거나 아기랑 같이 걸거나 유모차나 차에 태워주십시오.
- 아기에게 잔잔하고 부드러운 목소리로 말하십시오.
- 아기에게 조용하게 노래해 주거나, 흥얼거리거나, 구구 해 주십시오.
- 음악, 선풍기, 옷 건조기 같은 리듬감이 있는 것을 켜십시오. 아기를 건조기 위에 올려 놓지 마십시오.
- 조명을 낮추고 방을 조용하게 유지하십시오.

침착해지도록 노력하십시오. 잠시 휴식을 취하십시오 아기는 울 때 스트레스를 받을 수 있습니다. 여러분이 휴식하는 동안 누군가 여러분의 아기를 지켜보고 달래게 하십시오. 아기에게서 다음 상태가 느껴지면 의사를 불러 조언을 구하십시오.

- 너무 많이 울니다.
- 울음이 크고, 울부짖으며 또는 멈추지 않습니다.
- 매일 3시간 이상, 매주 3일 이상 울니다.

## Shaken Baby Syndrome

Shaken Baby Syndrome is brain damage caused by someone shaking a baby even one time. Normal playing with a child, like bouncing the baby gently on a knee, will not cause brain damage, but **never shake a baby**.

Make sure to tell anyone caring for your baby to never shake your baby.

## Pacifiers

Babies like to suck. Pacifiers can help calm babies. If you are breastfeeding, do not use a pacifier until your baby is breastfeeding well. Never hang the pacifier around your baby's neck. Do not use a bottle nipple as a pacifier.

## Bathing

You may give your baby a sponge bath. Do not put your baby into a tub of water until the cord falls off, the umbilical area heals and the circumcision heals for boys.

The temperature of the water should be 100 degrees Fahrenheit or 37 degrees Celsius to prevent chilling or burning. If you do not have a bath thermometer, use your wrist to test the water. It should feel warm, **not hot**. The room should be free of drafts, such as open windows or fans.

**Never leave your baby alone**, even for a second. If the telephone rings or someone knocks on the door ignore it and finish the bath. Accidents can occur quickly. Always support your baby's head during the bath. Keep a firm grip on your baby. A soapy baby can be very slippery.

Bathe your baby every 3 to 4 days. It is best to bathe your baby before a feeding. The rest of the time, cleaning after each diaper change and washing baby's face and neck after feedings are enough.

## 흔들린 아이 증후군

흔들린 아이 증후군은 누군가가 아기를 한번이라도 흔들어서 생기는 뇌 손상입니다. 무릎 위에서 아기를 부드럽게 튕기듯이 아이와 함께 놀면 뇌 손상을 일으키지 않지만, **절대 아기를 흔들지 마십시오**.

아기를 돌보는 사람에게 절대로 아기를 흔들지 말라고 꼭 말하십시오.

## 고무 젓꼭지

아기들은 빨기를 좋아합니다. 고무 젓꼭지는 아기들을 진정시키는데 도움을 줄 수 있습니다. 만약 모유 수유 중이라면 아기가 모유를 잘 수유할 때까지 고무 젓꼭지를 사용하지 마십시오. 아기의 목에 절대 고무 젓꼭지를 걸어서는 안됩니다. 우유병 꼭지를 젓꼭지 대신 주지 마세요.

## 목욕

아기에게 스폰지 목욕을 시켜도 됩니다. 탯줄이 떨어지고 배꼽 부위가 치유되며 할레가 치유될 때까지 아기를 물 통에 넣지 마십시오.

물의 온도는 화씨 100도 또는 섭씨 37도여야 오싹하거나 데는 것을 방지할 수 있습니다. 만약 여러분이 목욕 온도계가 없다면, 손목으로 물 온도를 검사하십시오. 뜨겁지 않고 따뜻하게 느껴져야 합니다. 방에는 열려 있는 창문이나 선풍기 같은 외풍이 없어야 합니다.

잠깐이라도 **절대 아기를 혼자 두지 마십시오**. 전화벨이 울리거나 누군가가 문을 두드린다고 해도 무시하고 목욕을 끝마치십시오. 사고는 갑자기 일어날 수 있습니다. 목욕 중에는 항상 아기의 머리를 받쳐 주십시오. 항상 아기를 꼭 잡아 주십시오. 비누 투성이의 아기는 매우 미끄러울 수 있습니다.

3 ~ 4 일마다 아기를 목욕시켜 주십시오. 아기에게는 먹기 전에 아기를 목욕시키는 것이 가장 좋습니다. 여가 시간, 기저귀 갈 때마다 씻겨주고 젖을 준 다음 아기 얼굴과 목을 씻는 것은 충분합니다.

## Washing Baby's Clothes

In the first few months, a detergent made for a baby, such as Dreft® or Ivory Snow® may be used because it is gentle on a baby's skin. You may also use detergent without fragrance. Do not use bleach because it can irritate your baby's skin.

## Vaccines

Vaccines help prevent diseases. These are given in the doctor's offices and health clinics. To protect your baby's health, vaccines should be given on a schedule. Be sure that your baby gets all his or her vaccines. Take the vaccine record with you to all doctors' appointments. Vaccines for children are free through your local health department.

## When Should I Call My Baby's Doctor?

- **Call 911** if your baby turns blue or has trouble breathing.
- **Call your baby's doctor** if your baby has any of the following:
  - ▶ Cries non-stop or is more irritable
  - ▶ Has a fever
  - ▶ Discharge from the eyes often
  - ▶ A hard time breathing, breathing very fast or the skin below or between the ribs pulls in when baby breathes
  - ▶ Dry, rough patches on the body, blisters or sores that crust over or a rash that comes on all of a sudden
  - ▶ Redness discharge or a foul smell from the umbilical cord
  - ▶ Baby is breastfeeding less often or taking less formula for more than 8 hours

## 아기 옷 세탁

처음 몇 달 동안은 Dreft®나 Ivory Snow®와 같은 아기용 세제를 사용할 수 있습니다. 이것이 아기의 피부에 부드럽게 작용하기 때문입니다. 향이 없는 세제를 사용해도 됩니다. 표백제는 아기의 피부를 자극할 수 있으므로 사용하지 마십시오.

## 백신

예방 접종은 병을 예방합니다. 예방 접종은 의사의 사무실과 진료소에서 제공됩니다. 아기의 건강을 보호하기 위해서는 일정대로 예방 접종을 투여해야 합니다. 아기가 모든 예방 접종을 받았는지 확인하십시오. 의사와의 진료 예약 시에 예방 접종 기록을 가지고 가십시오. 어린이용 백신은 지역 보건부를 통해 무료로 제공됩니다.

## 언제 의사를 불러야 합니까?

- 아기가 창백해지거나 호흡에 문제가 있으면 **911**에 전화하십시오.
- 아기에게 다음 증상이 있는 경우 의사에게 전화하십시오.
  - ▶ 울음을 멈추지 않거나 더 짜증을 냅니다
  - ▶ 열이 있습니다
  - ▶ 자주 눈에서 분비물이 나옵니다
  - ▶ 아기가 숨을 쉴 때 힘들게 숨을 쉬고 호흡이 매우 빠르거나 갈비뼈 아래 또는 사이의 피부가 당겨집니다
  - ▶ 몸에 건조하고 거친 부위, 피부가 벗겨지는 물집이나 염증, 갑자기 생긴 발진 등이 있습니다
  - ▶ 탯줄에 벌건 색깔의 분비물이 있거나 악취가 납니다
  - ▶ 아기가 젖을 적게 먹거나 8시간 이상 적게 분유를 섭취 합니다

- ▶ Green vomit or vomiting after more than two feedings in a row
- ▶ Baby is hard to wake up
- ▶ No wet diaper for more than 8 hours
- ▶ Change in stool patterns, constipation or diarrhea.
- ▶ Cough that will not go away, especially if there is a rash.
- ▶ 연속 2회 이상 젖을 먹은 후 녹색의 구토를 합니다
- ▶ 아기를 깨우기가 힘듭니다
- ▶ 8시간 이상 기저귀가 젖지 않습니다
- ▶ 대변 패턴이 변하거나 변비 또는 설사가 있습니다.
- ▶ 특히 발진이 있는 경우 기침이 없어지지 않습니다

**Talk to your baby's doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

**질문이나 걱정이 있으면 의사나 간호사와 상담하십시오.**