



Men Kesyon Moun Poze Pi Souvan yo

Kisa *Count the Kicks* ye?

Count the Kicks se yon kanpay sante piblik pou anpeche tibebe fèt tou mouri ki ankouraje moun ki pral paran yo pou yo siveye mouvman tibebe yo a chak jou pandan twazyèm trimès gwosès la e pou yo kontakte pwofesyonèl swen sante yo tousuit si gen yon chanjman nan sa ki nòmal pou tibebe yo a.

Poukisa li enpòtan pou mwen siveye mouvman tibebe mwen an?

Lè ou konte koutpye tibebe w la (ansanm ak ti kou ak woulad yo!) li enpòtan paske yon chanjman nan mouvman nan twazyèm trimès gwosès la leplisouvan se premye siy detès lakay yon tibebe. Lè manman yo konnen kisa ki nòmal pou tibebe yo a, alòs yo pral pi veyatif parapò ak siyal avètisman ki ka prezante yo. Anpil fwa nou tandè manman yo di ke lavi tibebe yo te sove akòz yo te remake yon chanjman nan tandans mouvman tibebe yo a e yo te avèti pwofesyonèl swen sante yo a.

Èske fenomèn timoun fèt tou mouri a reyèlman kontinye yon enkyetid nan Etazini?

Malerezman, wi. Atravè Etazini, apeprè 24,000 tibebe yo pèdi lavi akòz yo fèt tou mouri chak ane. Daprè estatistik yo, sa vle di 1 gwosè sou chak 167 gwosès abouti sou timoun ki fèt tou mouri. Pou manman Afwo-Ameriken yo, chif sa a pi enkyetan toujou – 1 gwosès sou 94! *Count the Kicks* angaje li pou anpeche tibebe fèt tou mouri ak pou elimine inegalite. Nan Iowa, kote kanpay la te kòmanse a, to timoun ki fèt tou mouri yo te diminye de prèske 32% sou yon peryòd 10 lane! Si reyisit sa a refèt ankò nan tout 50 eta yo, lavi plis pase 7,500 tibebe pral sove chak ane!

Kòman pou mwen konte koutpye tibebe mwen an?

- Telechaje aplikasyon gratis *Count the Kicks* la nan magazen iTunes ak Google Play sou entènèt yo.
- Kòmanse konte mouvman tibebe w la chak jou apati 28 semèn, depreferans a menm lè a.
- Chwazi lè a parapò ak lè tibebe w la aktif dabitid la.
- Pou kòmanse, chita ak pye ou yo anlè oswa kouche soukote. Konte chak mouvman tibebe w la (koutpye, woulad oswa ti kou – men pa konte okèt, etandone sa yo se mouvman ki pa volontè) kòm yon koutpye epi tape sou imaj anprent pye a nan aplikasyon *Count the Kicks* la. Kontinye konte ak tape jiskaske ou jwenn dis (10) mouvman. Aplikasyon an pwograme konbyen tan li pran pou tibebe w la rive sou dis (10) mouvman.
- Pifò fwa yo li pral pran mwens ke yon demi èdtan, men tout tibebe pa menm.
- Sovgade sesyon kontaj koutpye w yo nan aplikasyon an pou wè istorik mouvman tibebe w la. Apre kèk jou ou pral kòmanse wè kisa ki nòmal pou tibebe w la (konbyen tan li pran pou tibebe w la rive nan dis mouvman).
- Li esansyèl pou w konnen kisa ki yon kantite tan nòmal pou tibebe w la. **Si “sa ki nòmal la” chanje, rele pwofesyonèl swen sante w la** – sa gendwa se yon siy pwoblèm ki gen chans pou yo rive.
- Istorik kontaj koutpye w la ka itil anpil pou vizit kay pwofesyonèl swen sante w la.
- Aplikasyon an pral anrejistre kantite tan li te pran pou rive nan dis (10) mouvman, oswa ou ka make tan ou yo nan yon tablo *Count the Kicks*, ki disponib nan www.countthekicks.org.
- Kontinye konte chak jou!

Ki lòt avantaj *Count the Kicks* genyen?

Lè w konte koutpye tibebe a sa ede w kreye yon lyen ak tibebe w la. Lè w pran tan pou *Count the Kicks* (Konte Koutpye yo) sa bay yon tan espesyal pou w konsantre w sou mouvman ak pèsonalite tibebe w la. Li se yon bon tan tou pou patnè w la ak lòt timoun ki pi gran yo pou pataje eksperyans sa a avèk ou epi kreye lyen ansanm ak tibebe w la.

Tibebe mwen an toujou aktif. Poukisa mwen ta dwe pran tan pou *Count the Kicks* (Konte Koutpye yo)?

Tibebe ki aktif yo ka fè fas ak estrès tou, pafwa byen vit e san okenn lòt siy avètisman. Lè w kontwòle mouvman tibebe w la chak jou sa evite w panse ak si tibebe w la ki aktif nòmalman diminye nan mouvman li yo. Ou gen done reyèl pou w montre pwofesyonèl swen sante w la si ou gen enkyetid.

Poukisa mwen ta dwe Konte Koutpye yo? Mwen pase premye trimès la; Mwen pa ta sipoze nan zòn danje a. Yon gwosès sou chak 167 gwosès abouti a timoun ki fèt tou mouri e 1 gwosès sou chak 94 gwosès pou manman Afwo-Ameriken yo. Senkant pousan manman ki te pèdi yon tibebe ki te fèt tou mouri nan twazyèm trimès la te rapòte ke yo te wè mouvman fetis la te diminye ofiramezi pandan plizyè jou avan lanmò tibebe yo a. Sa montre ke anpil ka timoun ki fèt tou mouri pa rive toudenkou. Ou ka gen chans pou w sove lavi tibebe w la si ou konnen siy avètisman yo.

Poukisa mwen bezwen *Count the Kicks* (Konte Koutpye yo) alòske mwen ka tande batman kè li sou yon aparèy Doppler?

Yon chanjman nan batman kè tibebe a se youn nan dènye bagay ki rive lè yon tibebe an detrès, alòske lè mouvman an diminye se yon premye siy. Lè w fè kontwòl chak jou sa pèmèt ou detekte yon chanjman nan mouvman tibebe w la. Yon chanjman enpòtan nan mouvman tibebe w la ka vle di pwoblèm ki gen chans pou yo rive avan ou detekte chanjman reyèl yo nan batman kè a. Distan pou kè a ralanti a, li gendwa gentan twò ta. Espas tan ki genyen ant lè mouvman yo bese a ak lè rit kè a diminye a gendwa se sèl tan ou genyen pou sove lavi tibebe w la.

Nan ki moman nan gwosès mwen an pou mwen kòmanse *Count the Kicks* (Konte Koutpye yo)?

Kongrè Ameriken pou Obstetrisyen ak Jinekòlòg yo (American Congress of Obstetricians and Gynecologists) rekòmande pou kòmanse konte koutpye yo nan 28yèm semèn oswa nan 26 semèn si ou gen gwo risk oswa si ou ansent ak plizyè timoun.

Kisa yo konsidere kòm nòmal?

Tout tibebe pa menm. Lè w kontinye suiv sesyon kontaj koutpye yo chak jou sa pral ede w konnen kisa ki “nòmal” pou tibebe w la. Avèti pwofesyonèl swen sante w la tousuit si te gen yon chanjman enpòtan nan tandans mouvman tibebe w la.

Kilè mwen ta dwe kontakte pwofesyonèl swen sante m nan?

- Rele pwofesyonèl swen sante w la si genyen yon chanjman nan tandans mouvman tibebe w la.
- Pnga ret tann lè genyen yon gwo chanjman nan mouvman tibebe w la oswa lè pa gen mouvman ditou.
- Si ou gen dout, kontakte pwofesyonèl swen sante w la.
- **Pa sousye w dèske ou panse w ap “annwiye” yo. Se travay yo pou yo pran swen w ansanm ak tibebe w la.**

Èske tibebe yo bay mwens koutpye nan fen gwosès la?

NON! Nan fen gwosès la tibebe w la gendwa bouje nan fason ki diferan. Ou gendwa santi mwens koutpye ki brital ak plis woulad. Sepandan, si ou kontwòle mouvman tibebe w la nan menm lè a chak jou, li ta dwe pran anviwon menm kantite tan pou santi 10 mouvman. Rele pwofesyonèl swen sante w la tousuit si ou remake yon gwo chanjman nan tandans mouvman tibebe w la.

Kisa mwen ta dwe fè si mwen pa ka santi mouvman tibebe mwen an?

Rele pwofesyonèl swen w lan tousuit! Kwè nan entuisyon w. Kwè nan done yo. Piga ret tann.

Kisa rechèch ki pi resan yo di pou anpeche timoun fèt tou mouri?

- Toujou dòmi sou bò goch ou, rechèch yo montre ke se pi bon pozisyon pou manman ak tibebe a.
- Prete atansyon ak fòs mouvman tibebe w la e avèti pwofesyonèl swen sante w la tousuit si mouvman tibebe w la vin pi fèb.
- Si ou remake yon ogmantasyon toudenkou, brital nan mouvman tibebe w la, se yon lòt siy pou rele pwofesyonèl swen sante w la tousuit.