



Ibibazo Bikunze Kwibazwa

Count the Kicks ni iki?

Count the Kicks ni gahunda igamije gukumira no kurwanya impfu z'abana bataravuka n'impinja. Ifasha ababyeyi batwite bitegura kubyara kumenya imiterere y'ukwinyagambura k'umwana mu gihembwe cya gatatu cy'inda batwite. Impinduka mu kwinyagambura k'umwana ishobora kuba ikimenyetso gikomeye cyerekana ko hari ikibazo gikomeye kiri kuba ku mwana utwite. *Count the Kicks* ishishikariza ababyeyi batwite bategereje kubyara guhita bavugana n'abashinzwe kubaha serivisi z'ubuzima mu gihe haragaraye impinduka mu miterere isanzwe y'umwana wabo.

Kuki ari ngombwa kubara uko umwana yinyagambura mu nda?

Ubushakashatsi bwerekana ko impinduka z'uko umwana yinyagambura mu nda mu gihembwe cya gatatu rimwe na rimwe ari ikimenyetso cy'ibanze cyangwa rukumbi cy'uko ahangayitse. Mu kubara uko umwana yinyagambura mu nda buri muni, uzamenya imiterere isanzwe y'umwana wawe maze ugire amakenga ku bimenyetso bibi bishobora kubaho. Dukunze kumva ko hari imiryango ifite [abana barokorewe ubuzima](#) bitewe n'uko bumvise impinduka mu miterere y'uburyo abana babo binyagambura mu nda maze bakabimenyeshya abashinzwe kubaha serivisi z'ubuvuzi.

Nabwirwa n'iki imiterere y'ukwinyagambura k'umwana wanjye?

1. Tangira kubara mu gihembwe cya gatatu, ni ukuvuga ku byumweru 28, cyangwa ibyumweru 26, niba inda yawe itameze neza cyangwa utwite abana barenze umwe.
2. Kura kuri murandasi [apulikasiyo itishyurwa](#) cyangwa ukoreshe imbonerahamwe iriho amakuru agufasha gukurikirana uko umwana yinyagambura [[wayisanga hano](#)].
3. Bara uko umwana yinyagambura buri muni – byaba byiza kubikora ku isaha imwe. Gerageza kubikora mu gihe umwana wawe aba akora bisanzwe.
4. Kugira ngo utangire, icara ushyize ibirenge hejuru cyangwa uryamire urubavu. Bara buri kwinyagambura k'umwana wawe ukandagiza ikirenge kuri apulikasiyo yacu kugeza ugejeje ku nshuro 10 z'ukwinyagambura. Bara uko atera imigeri, uko yigaragura, uko yisimbiza n'uko yihindukiza, cyangwa uko asohora ijwi - bitari ugusepura, kubera ko ibyo byizana atabishaka. Apulikasiyo igaragaza igihe bitwara kugira ngo umwana wawe yinyagambure kugeza ku nshuro 10.
5. Umwana wawe namara kwinyagambura kugeza ku nshuro 10, gereranya imbaraga zo kwinyagambura kwe, aho 1 ari ukwinyagambura byoroheje naho 5 bikaba ukwinyagambura gukomeye.



6. Nyuma y'iminsi mike, uzatangira kubona impuzandengo y'igihe kirekire bitwara kugira ngo umwana wawe yinyagambure inshuro zigeze ku 10.
7. Ihutire guhamagara ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi niba ubonye impinduka mu mbaraga umwana wawe akoresha yinyagambura cyangwa igihe bitwara kugira ngo yinyagambure inshuro zigeze ku 10. Niba udashobora kuvugana n'ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi, gana bitaro bikwegereye.

Inama z'ingirakamaro

- Fungura konti wiyandikisha kuri apulikasiyo kugira ngo ubike amakuru y'ibihe byo kubara uko atera imigeri hanyuma urebe amakuru y'uko umwana wawe yagiye yinyagambura mu gihe runaka.
- Niba udashaka gufungura konti, ushobora kandi kubara uko atera imigeri ukoresheje uburyo bwa 'Start counting' bugaragara kuri apulikasiyo. icyakora, apulikasiyo izakwereka gusa ibihe bitanu biheruka ariko ntabwo izabika amakuru yose y'ibyo wabaze. Niba wiyandikishije nyuma yo kubara iminsi myinshi ushobora gutakaza amakuru amwe n'amwe - ni ngombwa cyane kwiyandikisha ugutangira gukoresha apulikasiyo.
- Amakuru agaragaza uko wagiye ubara uko umwana atera imigeri ashobora gusangizwa mu buryo butaziguye ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi ukayamusangiza mu buryo bw'ikorabuhanga kandi kubiganiraho mu gihe wagiye kubonana nawe ni ingirakamaro.
- Komeza ubare buri munsu!

Ni ibihe byiza bindi bya *Count The Kicks*?

Kubara uburyo umwana wawe yinyagambura bigufasha gusabana n'umwana wawe. Guha umwanya *Count the Kicks* biguha uburyo bwihariye bwo kwita ku kumenya uburyo umwana wawe yinyagamburamo ndetse na kamere ye. Ni igihe cyiza kandi ku wo mwashakanye n'abana banyu cyo kubasangiza iki gikorwa kugira ngo nabo basabane n'umwana.

Count the Kicks kandi iguha gutuza mu mutima bigufasha kumenya igihe umwana wawe yinyagambura bisanzwe. Mu bushakashatsi bwakozwe ku bakoresha apulikasiyo ya *Count the Kicks*, 77% bavuze ko gukoresha apulikasiyo buri gihe byabafashije kugabanya impungenge zirebana n'imibereho myiza y'umwana wabo.

Ni izihe ndimi apulikasiyo ya *Count the Kicks* ibonekamo?

Apulikasiyo ITISHURWA ya *Count the Kicks* iboneka mu ndimi zirenga 20: Amharic, icyarabu, ikibirimaniya, Igishinwa k'Ikimanadirini, Dari, icyongereza, Igifaransa, Igikerewole cyo muri



Hayiti, Igiheburayo, Igihindi, Ikinyarwanda, Lingala, Marshallese, Mongoliya, Nepali, Igiporutugali, Ikirusiya, Igisomali, Igisipanyoli, Igiswahiri, n'Ikiviyetinamu.

Kubyara abana bapfuye biracyateye inkeke muri Amerika?

Mu buryo buteye agahinda, yego. Kubyara umwana upfuye bisobanurwa nko gupfusha umwana umutwite ku byumweru 20 cyangwa kwikarakasa kw'inda. Hirya no hino muri Amerika, impuzandengo y'abana barenga 21.000 bapfa bagitwiswe buri mwaka. Mu buryo bw'ibarurishamibare, ibyo bisobanura ko umwana 1 muri 175 batwiswe bapfa bataravuka, kandi imiryango igera kuri 60 ihura n'ibyago byo gupfusha abana bataravuka buri muni.

Haracyariho itandukaniro rishingiye ku moko, kandi [umubare uteye inkeke](#) w'abana bapfa bataravuka ugaragara cyane mu miryango y'Abakomoka yo muri Hawaii cyangwa abandi bo mu Birwa byo mu nyanja ya Pasifika, Abirabura, n'Abo mu bwoko bw'Abahindi b'Abanyamerika cyangwa Abakomoka muri Alasika. *Count the Kicks* yiyemeje gukumira impfu z'abana bataravuka no kugabanya ubusumbane bw'amoko hifashishwa amakuru dukusanya hagamijwe gufata ingamba. Intego nyamukuru yacu ni ugukora impinduka zifatika, zirambye, kandi zikwiye zizatuganisha mu isi aho ingaruka z'ivanguramoko, ironda, kwibona mu ndorerwamo y'ibyiciro bishingiye ku mibereho n'ubukungu, ndetse na serivisi z'ubuvuzi bitakiri intandaro y'impfu z'abana bataravuka.

Ese birashoboka ko gupfusaha abana bataravuka byakwirindwa?

Ubushakashatsi bwerekana ko nibura gupfusha umwana 1 kuri 4 bapfa bataravuka bishobora [kwirindwa](#). Ubushakashatsi [bwatangajwe](#) muri BJOG: Ikinyamakuru Mpuzamahanga cyandika ibijyanye n'Ubuganga mu Buvuzi n'Uburumbuke bw'abantu kigaragaza umusaruro ntashidikanywaho wa *Count the Kicks* nk'uburyo bwo kwirinda gupfusha abana bataravuka. Mu myaka 10 ya mbere ya gahunda ya *Count the Kicks* muri Iowa, umubare w'abana bapfa bataravuka muri iyo Leta wagabanutseho hafi 32% (2008-2018). Uyu musaruro uramutse ubonetse muri Leta zose uko ari 50, buri mwaka abana barenga 7.500 bajya barokorwa!

Umwana wanjye akora buri gihe. Kuki nkwiye gufata igihe cyo kujya kuri *Count the Kicks*?

Abana bakora cyane na bo bashobora guhura n'imihangayiko, rimwe na rimwe, mu buryo butunguranye kandi nta bindi bimenyetso mbuzi byabayeho. Gukurikirana uko umwana wawe yinyagambura buri muni bikurinda kugira impungenge zijyanye n'uko umwana wawe ubusanzwe ukora neza, yaba yagabanyije imikorere. *Count the Kicks* iguha amakuru y'ukuri wereka ushinze kuguha serivisi z'ubuvuzi mu gihe waba ugize impungenge. [[Isoko y'amakuru](#)]



Kuki nkeneye *Count the Kicks*? Mu gihe naba ndengeje igihembwe cya mbere, nagombye kuba ntakiri mu bihe by'akaga.

Gupfusha umwana utaravuka biracyabaho no ku bagore batwite bafite ubuzima bwiza, no ku bafite ibyago bike. Nk'uko CDC ibivuga, ku mugore umwe utwite mu 175, apfusha umwana ataravuka. Ku bagore batwite b'Abirabura n'abakomoka muri Hawaii cyangwa abandi bakomoka mu Birwa byo mu Nyanja ya Pasifika, 1 kuri 101 bagira ibyago byo gupfusha abana bataravuka.

Ku babyeyi babyaye abana bapfuye bataravuka mu gihembwe cya gatatu, 50% bavuze ko hagaragara igabanuka ryo kwinyagambura kw'abana iminsi myinshi mbere y'uko abana babo bapfa. Impinduka mu kwinyagambura zishobora kandi kuba [ikimenyetso mbuzi](#) cy'ibindi bibazo. Uko wihutira [kujya kwivuza](#), ni ko wowe n'umwana wawe mushobora gusuzumwa vuba kandi mugahabwa ubuvuzi bukwiye. Ibi [bishobora kukukokora](#) wowe ubwawe cyangwa bikarokora ubuzima bw'umwana wawe.

Kuki ari ngombwa *Count the Kicks* mu gihe nshobora kumva uko umutima we utera nkoresha akamashini ka Doppler?

Impinduka z'uko umutima w'umwana utera ni kimwe mu bimenyetso bya nyuma bigaragara igihe umwana afite ikibazo. Impinduka mu buryo umwana yinyagambura zishobora kugaragara ibibazo bishobora kubaho mbere y'uko impinduka nyakuri mu itera ry'umutima zigaragara. Ababyeyi batwite bitegura kubara bagomba gukoresha gusa akamashini ka Doppler babigiriwemo inama n'ushinzwe kubaha serivisi z'ubuvuzi. [[Isoko y'amakuru](#)]

Ni gihe ki mu gutwita kwanjye natangira *Count the Kicks*?

Kongere y'Abanyamerika y'Ababyaza n'Abavuzi b'Abagore itanga inama ko ukwiye gutangira kubara ukwinyagambura k'umwana mu cyumweru cya 28, cyangwa ku byumweru 26 niba utwite inda iri mu kaga cyangwa utwite abana barenze umwe. [[Isoko y'amakuru](#)]

Ni ibiki bifatwa nk'ibisanzwe?

Buri mwana na buri nda, biba bitandukanye. Kumenya impuzandengo y'igihe bisaba umwana wawe kugira ngo yinyagambure ageze ku nshuro 10 ni ingenzi. Ihutire kumenyesha ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi niba hari impinduka zagaragaye ugereranyije n'imiterere isanzwe y'umwana wawe. Niba udashobora kuvugana n'ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi, gana bitaro bikwegereye.



Ni ryari nagombye guhamagara ushinzwe kumpa serivisi z'ubuvuzi?

Ihutire guhamagara ako kanya ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi niba wumvise hari impinduka mu mbaraga akoresha yinyagambura cyangwa igihe bitwara kugira ngo umwana wawe yinyagambure inshuro 10. Ibi bishobora kugaragara nk'ikimenyetso cy'ibibazo ashobora kugira.

Witegereza niba hari impinduka zikomeye mu buryo umwana wawe yinyagambura, cyangwa atacyinyagambura na gato.

Mu gihe ushidikanya, hamagara ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi! Ntutinye "kubabuza amahwemo". Ni inshingano yabo kukwitaho hamwe n'umwana wawe. Niba udashobora kuvugana n'ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi, gana bitaro bikwegereye.

Ese abana batera imigeri gake cyangwa bakabura aho binyagamburira igihe umubyeyi yegereje kubyara?

OYA! Abana NTABWO batera imigeri gake cyangwa ngo babure aho binyagamburira iyo umubyeyi yegereje kubyara. Igihe umubyeyi yegereje kubyara hashobora kugaragara impinduka mu buryo bwo kwinyagambura (kwigaragura kenshi, Kwihindukiza gake), ariko umwana wawe yagombye gukomeza gukurikiza imiterere imwe yo kwinyagambura kugeza igihe cyo kubyara ndetse no mu gihe cyo kubyara.

Niba ukurikirana ukwinyagambura k'umwana wawe isaha imwe buri muni, byagombye gufata igihe kingana n'icyo bitwara kugira ngo wumve inshuro 10 zo kwinyagambura. Ihutire guhamagara ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi ako kanya ukimara kumva impinduka mu kwinyagambura k'umwana wawe. Niba udashobora kuvugana n'ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi, gana bitaro bikwegereye. [[Isoko y'amakuru](#)]

Nakora iki niba ntashobora kumva umwana wanjye yinyagambura?

Witegereza niba hari impinduka zigaragara mu kwinyagambura k'umwana wawe, cyangwa niba atacyinyagambura na gato. Hita ujya ku bitaro ako kanya! Bahari 24/7 kugira ngo bagufashe wowe n'umwana. Niba wumva utameze neza, wisubika kwisuzumisha ngo utegereze kugeza ku muni ukurikira cyangwa ngo utegereze umuni ukurikira wahawe wo kubonana na muganga. **Igirire icyizere mu bushishozi bwawe. Girira icyizere amakuru ufite. Witegereza.**

Ese nagombye kunywa ikintu gikonje cyangwa nkarya ibintu birimo isukari kugira ngo ntume umwana wanjye yinyagambura?

Oya. Ubushakashatsi bwavugurujye igitekerezo cy'uko ibinyobwa birimo isukari n'ibimeze nka byo ari uburyo bwiza bwo gutuma umwana yinyagambura. Kwinyagambura k'umwana wawe



bikurikiranwa neza nta bindi ugombye gufata nk'imitobe, amabonbo, amazi akonje, n'ibindi. Hamagara ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi niba umwana wawe atinyagambura nk'uko bisanzwe. Niba udashobora kuvugana n'ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi, gana bitaro bikwegereye. [[Isoko y'amakuru](#)]

Ese nshobora *Count the Kicks* niba mfite ingobyi ije imbere?

Yego! Mu gihe utwite ukaba ufite Ingobyi ije imbere (iyo ingobyi iteretse hagati y'imbere ya nyababyeyi yawe n'umwana wawe) bishobora gufata igihe kinini gato (mu byumweru) mbere y'uko wumva ukwinyagambura k'umwana ubigereranyije no gutwita udafite Ingobyi ije imbere. Ubushakashatsi bwerekana ko ibihe byo kubara ukwinyagambura k'uruhinja bisa n'iby'aho izindi ngobyi ziba zisherereye kuva ku byumweru 24 byo gutwita no kuzamura. Turakugira inama yo kwicara cyangwa kuryama mu buryo bwiza no gufata umwanya wo kwita mu buryo bufatika ku kwinyagambura k'umwana wawe mu gihe ukoresha apulikasiyo ITISHYURWA ya *Count the Kicks*. Ku bijyanye n'izindi nama zerekeranye no gukurikirana ukwinyagambura k'umwana wawe mu gihe ufite Ingobyi ije imbere, vugana n'ushinzwe kuguha serivisi z'ubuvuzi.

Nk'uko bisanzwe buri gihe, ni ingenzi gukurikirana uko umwana wawe yinyagambura buri muni mu gihembwe cya gatatu hanyuma ukabivuga mu gihe wumvise impinduka mu mbaraga umwana wawe akoresha yinyagambura cyangwa igihe bitwara umwana wawe kugira ngo ageze ku nshuro 10 zo kwinyagambura. [[Isoko y'amakuru](#)]

Ese nshobora *Count the Kicks* niba ntegereje kubyara impanga cyangwa abana benshi?

Yego! Niba witegura kubyara impanga cyangwa abana benshi, igisabwa ni uko utangira kubara buri muni ku byumweru 26. Apulikasiyo ITISHYURWA ya *Count the Kicks* igufasha kubarira umwana umwe cyangwa babiri! Nufungura apulikasiyo, izakubaza umubare w'abana ubarira. Uzahitamo bibiri, hanyuma wongereho amazina y'abana/andi mazina hanyuma ukande kuri save. Soma [urubuga rw'amakuru rwacu](#) kugira ngo umenye amakuru menshi yerekeranye no kubarira impanga.