



**Ennast lohutava käitumise definitsioon**

1. Imik nutab (erksuse seisund 6) või aktiivne-ergas/rahutu (erksuse seisund 5)
2. Imik alustab ennast rahustavat käitumist
3. Imik jõuab rahulikumas erksuse seisundiasse (4 või 3)

**Jälgitavad iseenda lohutamise viisid:**

- Imeb põialt, sõrmi või kätt
- Katsub käega nägu, pead või keha
- Ristab käed
- Klammerdub kätega, võib panna ristatud käed vastu rinda
- Jalad ristatud asendis
- Toetab/sirutab jalad vastu kuvöösi või voodiseina
- Haarab juhtmest, torust, sondist, tekist või õe/lapsevanema käest, kehast, riietest
- Võtab painutatud asendi
- Pinges keha, käed ja jalad võtavad painutatud/lõdvestunud asendi
- Sirutab end vastu kuvöösi või voodiseina (vanemad imikud)
- Pöörab seljalt küljele (vanemad imikud)
- Käed rusikas
- Paneb sirutatud sõrmed rusikasse
- Liigutab painutatud käe rusikasse
- Vaade kaugusesse ülestimuleeritud lapsel (ärkamise või uinumise ajal)

**Stressi tunnused:**

**Füsioloogilised:**

- Vaevaline hingamine
- Ninatiibade kasutamine

**Autonoomsed:**

- Higistamine
- Süljevool
- Luksumine
- Aevastamine
- Ninakinnisus
- Haigutamine

**Üldine närvisüsteem:**

- Ebanormaalne imemine
- Treemor
- Müokloonilised tõmbused (ehmatuse koos treemori/värinaga)
- Ehmatuse
- Hüpertoonia
- Ajab selja kumeraks/silda

- Käsi rusikas
- Pöial rusikas
- Ebanormaalne asend

**Seisund-olek:**

- Kriiskav nutt
- Monotoonne nutt
- Nõrk nutt
- Ei nuta
- Äärmiselt ärritatud
- Järsud oleku muutused
- Raske rahuneda

**Nahk:**

- Kahvatu
- Laiguline
- Jäsemete tsüanoos
- Üldine tsüanoos
- Suu kolmnurga tsüanoos
- Silmade ümbruse tsüanoos

**Märgid aktiivseks suhtlemiseks**

Kui imik on rahulik, erksas ja ärkvel oleku 4. staadiumis ja lisaks sellele, teeb ühte või mitut järgmisest loetelust:

- Matsutamine, mälumine
- Vokaliseerimine
- Lõdvestunud, käed ja jalad painutatud
- Vähesed või mitte füüsilised liigutused
- Keskmise või veidi madalam lihastoonus
- Lõdvestunud nägu (vanemad lapsed võivad naerata)
- Kerged, sujuvad liigutused käte ja jalgadega
- Rahulik, aeglane matsutamine
- Muu käitumine/tegevus, mida märkasid?

**Erksus seisundid:**

1. Sügav uni
2. Kerge uni
3. Unine (liikumine une ja ärkveloleku vahel)
4. Ärkvel
5. Aktiivne-ergas/rahutu: füüsiliselt aktiivne, mõnevõrra ergas või kohmakas (füüsilise liikumise, häälitsemise ja minimaalse erksusega)
6. Nutt

**Visuaalne:**

- Pilgu vastumeelsus
- Rahutus/nutt kontakti ajal
- Kohustuslik/sunnitud jälgimine
- Nüstagmid
- Püsivad spontaansed nüstagmid
- Pilk seisab
- Väga ergas
- Silmad ujuvad
- Kõõrdsilmsus
- Tihe pilgutamine
- Muu ebanormaalne silmade liigutamine

**Seedetrakt:**

- Oksendamine/lämbumine
- Kõhulahtisus
- Liigsed gaasid