



## Svefn- og vökustig

1

### DJÚPUR SVEFN

Erfitt að vekja barnið.  
Barnið dreymir ekki.  
Öndun er djúp og regluleg.  
Hjartsláttur er rólegur.  
Augu eru kyrr.  
Soghreyfingar öðru hvoru.



4

### VAKANDI RÓLEGT

Hreyfir sig lítið.  
Augu eru vel opin og öndun regluleg.  
Veitir umhverfinu athygli.  
Best að hafa samskipti við barnið á þessu stigi.  
Tilbúið að drekka.



2

### LÉTTUR SVEFN

Miklar augnhreyfingar.  
Líkaminn er á iði.  
Soghreyfingar og brosviprur.  
Hjartsláttur og öndun eru hröð.  
Barnið vaknar auðveldlega.  
Barnið dreymir.



### VAKANDI OG VIRKT

Hreyfir sig mikið.  
Óregluleg öndun.  
Miklar andlitshreyfingar.  
Augu opin.  
Jafnvel pirringur.

5



### SYFJAÐ/MÓKIR

Óregluleg öndun.  
Hreyfir sig af og til.  
Opnar og lokar augunum.  
Lengi að vakna.

3



6

### GRÁTUR

Grettir sig.  
Óregluleg öndun.  
Roðnar í framan.  
Viðkvæmt fyrir áreiti.

