الطريقة المثالية لحمام مولودك الجديد

في الأسبوع الأول الذي يلي ولادة طفلك، من الأفضل أن تحممیه باستخدام الاسفنج ومنشفة رطبة ودافئة. اغسلي وجهه ويديه في الكثير من الأحيان، وقومي بتنظيف شامل له عند منطقة الأعضاء التناسلية بعد كل تغيير حفاضات.

بعد أن يجف الحبل السري، يسقط، وتشفي المنطقة المحاطة به، يمكنك البدء في إعطاء مولودك الجديد حمام كل بضعة أيام. انه من الأسهل استخدام مغسلة المطبخ أو حوض استحمام صغير مصنوع من البلاستيك مليء بالماء الدافئ بدلا من استخدام الحوض الكبير العادي.

الحمامات لا تحتاج أن تستغرق الكثير من الوقت: خمس دقائق تكون بما فيه الكفاية للحصول على طفل نظيف قبل أن يبرد الماء الموجود في الحوض.عندما تحممي مولودك الجديد، قد تجدي أن الأمر مخيف قليلا في البداية. التعامل مع مخلوق صغير، رطب، مغطى بالصابون يتطلب الممارسة والثقة، حتى تبقي هادئة وتحافظي على قبضة جيدة لتمسكيه جيداً .

خطوة بخطوة: كيفية حمام طفلك:

اجمعي كل لوازم الحمام (بما في ذلك الصابون، المنشفة، وكيلة من البلاستيك)، وضعي منشفة على السرير، حفاضات نظيفة، وملابس. تأكدي من أن الغرفة دافئة بشكل مريح حتى لا يبرد طفلك.

املئي الحوض مع حوالي ٣ بوصات من الماء الدافىء، ولكن ليس الحار.

أحضري طفلك إلى منطقة الحمام وقومي بإزالة ملابسه بالكامل.

دعي طفلك ينزلق تدريجيا في الحوض: القدمان أولا، باستخدام يد واحدة لدعم رقبته ورأسه. صبّي كيلة من ماء الحمام على جسمه بانتظام خلال الحمام حتى لا يشعر بالبرد.

استخدمي الصابون بشكل متقطع (الكثير من الصابون يجف بشرة الطفل). اغسلي الطفل بيدك أو باستخدام منشفة من الأعلى إلى الأسفل، من الأمام إلى الخلف. ابدئي بغسل فروة الرأس بقطعة قماش مبللة. شطفي الصابون من القماش واستخدميه لتنظيف بلطف عينيه ووجهه. إذا تجمع

المخاط المجفف في زوايا الخياشيم أو عيون الطفل، قومي بلمسها عدة مرات لتليينها قبل أن تمسحيها. أما بالنسبة للأعضاء التناسلية، فإن الغسيل الروتيني هو كل ما هو مطلوب.

شطفي طفلك جيدا مع كيلة من الماء، وامسحيه مع منشفة نظيفة. ثم ارفعيه بعناية من الحوض مع يد واحدة تدعم رقبته والرأس ويد أخرى تدعم مؤخرته. لفي أصابعك حول فخذه (الأطفال زلقون عندما يكونوا مبللين.) إذا كان ذلك ممكنا، أطلبي مساعدة شخص آخر لكي يتلقى طفلك في منشفة جافة.

لفي طفلك في منشفة وجففيه. إذا كانت بشرته لا تزال تقشر من الولادة، يمكنك تطبيق كريم خفيف بعد الحمام.