

# دليل رعاية طفل حديث الولادة

## تنظيف الحبل السري:

أثناء تغيير حفاظات طفلك، امسحي حول المنطقة مع مناديل رطبة (تحققي مع طبيب الأطفال؛ يعتقد البعض أنه من الأفضل أن تتركي الحبل السري من دون أن تنظفيه). يجب أن يسقط الحبل المتبقي في غضون بضعة أسابيع. اتصلي بطبيبك إذا رأيت احمرار، دماء، تورم، أو إذا كان لا يزال لم يسقط في مدة ٤ إلى ٦ أسابيع..

## تقليم الأظافر الطويلة:

من المهم الحفاظ على أظافر قصيرة لطفلك حتى لا يخدش وجهه أو عيونه. أفضل طريقة للقيام بذلك هي تقليمها مع أداة خاصة للرضع أو بردها في حين يكون الطفل نائم. قد يكون الأمر مغريا، ولكن لا تستخدم المقص - ولا تعضي أظافر طفلك الحديث الولادة!

## تنظيف شمع الأذن:

لا تضعي شيئا (لا قطن ولا مناديل) في قناة أذن طفلك، حتى لو كنت ترين شمع الأذن في الداخل. في نهاية المطاف، سوف يخرج الشمع من تلقاء نفسه.

## الاستحمام:

حدي من الاستحمام لعدة مرات في الأسبوع (أو حسب الحاجة). الحقيقة هي أن الرضيع لن يصبح قذرا جدا (استثناء: عندما يتغوض أو يبصق). وحتى يسقط الحبل السري للطفل، لا تغمري بطنه في المياه.

## تغيير الحفاظات:

تغيير الحفاظات في اسرع وقت ممكن هو المفتاح لمكافحة الطفح الجلدي. نصيحة للفتيات: امسحي الأعضاء التناسلية من الأمام إلى الوراء لتجنب التهابات المسالك البولية. ملحوظة للصبيان: من الطبيعي بالنسبة له أن يحصل على انتصاب خلال فترة تغيير الحفاظات.

## الإطعام على مدار الساعة:

يحتاج المولود الجديد إلى الرضاعة أو شرب زجاجة من الحليب كل ساعتين إلى ثلاث ساعات - نعم، ٧/٢٤! إن تأخرت في إطعامه كثيرا

بين وجبات الطعام، هذا ما قد يجعل الطفل غير سعيد!

## **البقاء دافئاً :**

الطفل قد يبكي ببساطة لأنه غير مرتاح. اجعليه يرتدي ملابس سهلة التركيب واحرصي على أن يكون دافئاً بما فيه الكفاية من خلال اتباع هذه القاعدة من الإبهام: يجب أن يرتدي ما يرتديه الشخص العادي عادة بالإضافة إلى طبقة إضافية واحدة. يهدأ بعض الأطفال عن طريق الحمل الذي يشبه وضعية الطفل في الرحم، لذلك انظري في تقيمه أو ضعيه في حاملة للأطفال أو كرسي مناسب لحجمه.