

طرق الرعاية الصحية بالطفل الحديث الولادة

ان طرق الاهتمام بالطفل الحديث الولادة ليست عملية سهلة بالنسبة للأم والأب الجديدين.

وتعتبر تربية الرضيع ورعايته مهمة صعبة ودقيقة بالنسبة للأم وخصوصاً إذا كان مولودها الأول، وتعتمد هذه العملية على احساس وفطرة الأم وهي تصعب على الرجل أكثر من المرأة. ولكن يوجد بعض الأسس التي يمكن للأم أن تتبعها لتسهيل عملية الاهتمام بطفلها وكما يمكنها الاستعانة بخبرة والدتها أو والدتها زوجها في الفترة الأولى.

نصائح وطرق للعناية بطفلك الرضيع:

الرضاعة الطبيعية: ان الرضاعة الطبيعية ضرورية بالنسبة للطفل الحديث الولادة ولا يمكن الاستغناء عنها. تقدم الرضاعة الطبيعية فوائد غذائية وصحية عديدة على الطفل وأبرزها توطيد العلاقة بين الأم والطفل، تقديم غذاء صحي ومثالي، تقديم الحليب السهل الهضم والطازج، تعزيز نظام المناعة، الوقاية من الأمراض، الحد من الاصابة بالحساسية، نمو صحي وعقلي مثالي.

تغيير الحفاضات: منذ يوم الولادة الأول يجب تغيير حفاضات الرضيع بشكل مستمر لكي يبقى مرتاحاً أثناء نومه وللحفاظ على جلده.

كما يجب أن يرتدي الرضيع ملابس مريحة من القطن والابتعاد عن تلك المصنوعة من النايلون.

مراجعة الطبيب: يجب استشارة ومراجعة الطبيب لدى حالات وعوارض معينة تظهر على الطفل الحديث الولادة ومن بينها: عدم الرضاعة، ضعف الحركة، تغيير بدرجة الحرارة باستمرار، الاصفرار، البكاء المستمر، الازرقاق، الاسهال، الامساك، ضيق التنفس، التشنجات، السعال، التقيؤ...

العناية بالسرة جيداً: يجب الاهتمام بالسرة لكي لا تلتهب، من خلال تنظيفها بالمطهر أو الكحول ولفها بقطعة من الشاش المعقم.

تذكر موعد الطعام: ويمكن تسهيل هذه العملية من خلال وضع جدول واتباعه.

وضع برنامج للرضاعة الطبيعية: ان الرضيع بحاجة الى تناول الحليب حوالي كل ساعتين.

بعض النصائح للأم الجديدة:

- لا يجب أن تقلق الأم الجديدة من بعض الحالات مثل العطس والتثاؤب وثني الركبتين وانتفاخ الثديين، انها أمور طبيعية.
- تدليك الرضيع ودهن جسمه بالكريم لكي تسترخي عضلات جسمه ويصبح هادئ.
- تنظيم وقت نومه وعدم ازعاجه أو ايقاظه من النوم.
- الانتباه من الجراثيم والميكروبات لحماية طفلك، يمكنك غسل يديك قبل حمل ولمس الطفل وتعقيم المنزل والمحافظة على مسافة بينه وبين كافة الأشخاص لكي لا يتعرض لأي نوع من الجراثيم.