

چگونه نوزاد خود را حمام کنیم؟



مسلماً هر مادری از گذراندن وقت خود با فرزندش، مخصوصاً اگر نوزادی نو رسیده باشد، لذت می برد. طوری که حتی برآوردن نیاز کودک و انجام کارهای ضروری برای نوزاد نیز می تواند لذت بخش و خاطره ساز باشد.

یکی از این تجربه های عالی و شگفت آور برای مادر و فرزند حمام کردن است. زمانی که برای حمام کردن کودک اختصاص یافته، می تواند هم برای شما و هم برای نوزادتان به زمانی مطبوع و فرصتی برای نشان دادن محبت شما به کودکتان بدل شود. بنابراین با دانستن نکاتی در مورد نحوه

حمام دادن درست، می توانید با اعتماد به نفس و به راحتی از این فرصت برای عشق ورزیدن به فرزندتان بهره ببرید.

نوزادان به طور معمول هر دو یا سه روز یک بار نیاز به استحمام دارند. البته در صورتی که پس از هر بار تعویض پوشک به خوبی تمیز شوند. در صورت تمایل می توانید بدن نوزاد را روزانه و به صورت موضعی شستشو دهید. بدین ترتیب که قسمت های شستن گردن کودک و نیز قسمت های خم شونده مفاصل بدن مثل گودی آرنج و زانو نیز



لازم است.

پیش از شروع مراحل استحمام وسایل زیر را تهیه کنید.

لیف، صابون ملایم یا صابون مخصوص کودک، شامپو بچه، پنبه، حوله کلاه دار مخصوص نوزاد، الکل، اسفنج حمام (اسفنج پنبه ای)، پوشک، لباس تمیز.

مادر عزیز وقتی می خواهید کودک خود را حمام کنید، ابتدا تمام چیزهای موردنیاز را از قبل آماده و در دسترس قرار



دهید.

دمای هوای اتاق در هنگامی که می خواهید لباسهای کودکتان را درآورید باید حداقل 24 تا 25 درجه باشد و جریان شدید هوا هم وجود نداشته باشد.

نوزادان کوچک را در یک وان بچه حمام کنید زیرا ارتفاع این وانها برای حمام کردن او راحت تر است. قبل از اینکه لباسهای کودکتان را درآورید و آن را از آب گرم پر کنید. همیشه به یاد داشته باشید که در هنگام درست کردن آب ابتدا آب سرد را در وان ریخته و سپس آب گرم را اضافه نمایید.



مرکز آموزشی درمانی امین

حمام نوزاد



هنگام حمام کردن نوزاد از سخن گفتن با او غفلت نکنید. شنیدن صدای دلنشین مادر ترس و دلهره را از کودک دور کرده و آرامش خاص به او می بخشد.

مراحل حمام کردن نوزاد در وان:



3) در حالیکه با یک دست زیر سر و شانه ها و با دست دیگر پاها و باسن نوزاد را گرفته اید او را به آرامی در داخل وان قرار دهید.

4) در حین حمام کردن نوزاد یک دست خود را زیر سر و بغل او قرار دهید تا سر همواره خارج از وان قرار گیرد. با دست دیگرتان تمام قسمتهای بدن کودکتان را بشویید.

5) بعد از شستشو او را در حوله گرم قرار دهید.

اگر برای حمام کردن نوزاد یک جفت دستکش سفید نخی بدست کنید. در حین شستن نوزاد احتمال آسیب دیدن او از فشار دست یا ناخن شما کمتر شده و با اطمینان بیشتری نوزاد را خواهید شست.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	حمام نوزاد
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأییدکننده علمی	خانم دکتر رفاهی
سمت	مدیر گروه نوزادان
تاریخ تهیه	1402
تاریخ بازنگری	1406
نوبت باز نگری	سوم PE-PED-08

منبع: کتاب کودکان مارلو

1) نوزاد را زیر بغلتان نگه داشته و سر او را بالای وان قرار دهید.

2) سر او را کمی خیس کردن و مقداری شامپوی بچه روی سرش بریزید. با حرکات چرخشی به آرامی سر نوزادتان را بشویید مراقب باشید که آب و شامپو وارد چشم کودکتان نشود وقتی سر کودک را آب کشیدید با حوله سرش را خشک نمایید.

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه نمایید. www.amin.mui.ac.ir