

روش صحیح حمام کردن نوزاد

حمام نوزاد در حفظ سلامتی و رشد او تاثیر بسزایی دارد. کودک پس از هر بار استحمام، نشاط و آرامش خود را به دست می‌آورد، به خوبی شیر می‌خورد و به راحتی به خواب می‌رود. همچنین در هنگام استحمام، مادر می‌تواند بدن کودک را مشاهده کند و از وجود هرگونه التهاب، ورم و یا حالت غیرعادی آگاه شده و در بهبود آن بکوشد.



برای شستن موهای نوزاد می‌توانید از شامپو بچه یا از همان صابون بچه ای که در شستن بدن کودک به کار می‌برید استفاده نمایید. این صابون ها طوری ساخته می شوند که به میزان اسیدیته پوست کودک لطمه ای وارد نمی کنند و به همین دلیل برای شستشوی موها نیز مناسب هستند. در صورتی که قسمتی از سر نوزاد را لایه قهوه ای رنگ ضخیمی که ناشی از ترشح زیاد چربی است، پوشانده است، قبل از حمام کردن (حدوداً یک ساعت قبل)، ابتدا با مقدار کمی روغن زیتون آن قسمت را به آرامی ماساژ دهید و سپس او را حمام کنید. این لایه قهوه ای بیشتر در پوست سر نوزاد های تازه متولد شده دیده می شود.

توصیه های لازم برای حمام کردن نوزاد

اگر برای اولین بار است که می خواهید کودک را حمام کنید، حتما نکات زیر را مد نظر داشته باشید:

- هرگز زمانی که عجله دارید یا به دلیل خاصی عصبی و بی حوصله هستید، کودک را حمام نکنید، زیرا عصبانیت و رفتار خشن مادر نه تنها کودک را از حمام کردن بیزار می کند، بلکه او را نسبت به آب متنفر می نماید.

- لیف زدن محکم و زیاد و نگه داشتن کودک برای مدت زمان طولانی در حمام، او را بی حوصله و بی قرار می کند. پس سعی کنید کودک را با ملایمت و در مدت زمان کوتاه بشویید.

- متخصصین بهترین زمان برای حمام کردن نوزاد را، قبل از خوردن شیر می دانند. بدین ترتیب کودک خواب عمیق تر و بهتری خواهد داشت. استحمام نوزاد درست بعد از شیر خوردن ممکن است سبب استفراغ او شود.



- تشتی را مخصوص حمام کردن کودک تهیه نمایید و هرگز هیچ استفاده دیگری از آن نکنید. قبل از حمام کردن تشت را به خوبی بشویید.

- درجه حرارت آب تشت باید حدود ۳۷ درجه سانتیگراد باشد (آب گرم باشد، نه داغ).

در ابتدا برای مادری که تجربه چندانی ندارد، استفاده از دماسنج های مخصوصی که به همین منظور در داروخانه ها به فروش می رسد، توصیه می شود. با چند بار حمام کردن، مادر میتواند از طریق گذاشتن آرنج دستش در آب درون تشت، گرم و سرد بودن آن را تنظیم نماید.

- قبل از آنکه کودک را درون آب تشت قرار دهید، محل ادرار و مدفوع او را با آب به خوبی بشویید.

- اگر می خواهید به تنهایی و بدون کمک شخص دیگری، کودک را حمام کنید، قبلاً لباس های او را به ترتیب استفاده، در دسترس خودتان قرار دهید. برای خشک کردن او، حوله نسبتاً بزرگی را در نظر بگیرید شامپو و صابون بچه و یک لیف نرم مخصوص بچه را نیز در کنار تشت آماده داشته باشید.

- حمام کردن روزانه کودک بسیار ایده آل است در این صورت تنها یک شستشوی چند دقیقه ای کافی خواهد بود.

- هنگام حمام کردن نوزادان پسر، پوست روی آلت را به آرامی کمی عقب زده و سریعاً شستشو دهید. در مورد نوزادان دختر، شستشوی این قسمت حساس از بدن را با حرکت دست از سمت جلو به عقب انجام دهید تا از عفونت این قسمت جلوگیری شود.

حمام نوزاد



بیمارستان پارسیان شهرکرد
۰۳۸-۳۱۵۰

شهرکرد-جاده دانشگاه آزاد-منظریه
Parsianhospital-shk.ir
info@parsianhospital-shk.ir

۲- با کمک لیف نرم و صابونی شده روی سینه، زیر بغل، شکم، دستها و پاهای کودک را بشویید.

۳- برای شستن سر نوزاد، در حالی که پشت سر او را به قسمت ساق دست تان تکیه داده اید، ران او را خوب و مطمئن بچسبید و سپس دست دیگرتان را به شامپوی مخصوص بچه آغشته کرده و با حرکات ملایم و دایره ای شکل سر او را شستشو دهید. برای آبکشی هم سر نوزاد را کمی به عقب برده و آب را به آرامی از جلوی سر به سمت عقب سر بریزید تا آب وارد چشم و بینی و گوش او نشود.

۴- برای شستشوی قسمت پشت و کمر، نوزاد را به پشت برگردانید و در حالیکه سینه او را به روی ساق دست تان تکیه داده اید زیر بغل او را بگیرید و با دست دیگر به آرامی لیف را روی پشت و کمرش بکشید.

۵- همانطور که کودک را به خوبی گرفته اید، او را آبکشی کنید. سپس کودک را بر روی حوله ای که قبلاً به همین منظور پهن کرده اید قرار داده و حوله را دور بدن او بپیچید.

۶- زیر بغل، زیر گردن و لابلای تاخوردگی های پوست بدن نوزاد را به خوبی خشک کنید و لباس بپوشانید. مرطوب ماندن لابلای پوست باعث بروز عفونت قارچی می شود.

۷- در فصل گرما، بعد از حمام و خشک کردن نوزاد اجازه دهید چند دقیقه آزاد و بدون لباس دست و پا بزند.



- حمام کردن کودک حتی زمانی که دچار سرماخوردگی شده است و یا تب دارد، هیچ گونه اشکالی ندارد، تنها کافیست دقت کنید تا هوای اتاق گرم باشد.

- موقع شستن سر نوزاد مراقب باشید تا آب وارد گوش های او نشود زیرا با ورود آب امکان عفونت و گرفتگی گوش وجود خواهد داشت. همچنین نگذارید آب وارد دهان و بینی او شود چون احتمال خفگی و قطع تنفس نوزاد می باشد.

- هرگز به طور ناگهانی بدن کودک را وارد آب تشت نکنید. همانطور که او را مانند حالت شیر دادن در بغل گرفته و با دست چپ، پای راست او را از قسمت ران به خوبی چسبیده اید، با دست راست آرام آرام ابتدا بر روی پاهای نوزاد و سپس سینه او آب بریزید.

- شستشوی کودک باید به آرامی و با حوصله انجام گیرد. کودکان و بخصوص نوزادان از حرکات خشن و ناگهانی به شدت وحشت دارند.

- طی حمام کردن، مرتباً با او حرف بزنید حتی در صورت گریه کردن کودک شما باز هم آرامش و خونسردی خود را حفظ کرده و او را از سخنان محبت آمیز خود محروم نسازید. نوزاد به خوبی، ملایمت و خشم مادر را تشخیص داده و نسبت به آن عکس العمل نشان می دهد.

برای حمام کردن نوزاد به ترتیب زیر عمل کنید:

۱- ابتدا سر نوزاد را بر روی دستتان تکیه داده و کتف او را به خوبی بچسبید و خیلی آرام او را از قسمت پاها وارد آب درون تشت کنید. با کمک دست آزادتان، صورت او را با آب بشویید (برای شستن صورت نوزاد نیازی به صابون نیست)