

رعاية المولود الجديد في الأربعم أسابيع الأولى



بدعم من



الجمهورية اللبنانية
وزارة الصحة العامة



يونسف



الجمعية اللبنانية
لتنمية الطفولة المبكرة



الهيئة الطبية الدولية

البكاء

الدوافع:

■ الجوع، الألم، الإنزعاج، البرد، الحاجة إلى الحمل، المغص.

عوامل الوقاية:

- عدم ترك الطفل يشعر بالجوع
- إبعاده عن مصادر الأذى الجسدي
- الحفاظ على هدوء محيطه
- حمايته من البرد
- إشعاره بوجود شخص يستطيع التفاعل معه



إختلاف الطبع

يتمتع الأطفال المولودون بصحة جيدة بمواصفات مشتركة، إلا انهم يختلفون عن بعضهم بعضاً، فمنهم:

- الطفل الهادئ
- الطفل الشديد الحساسية
- الطفل المسترخي



| عوامل الوقائية | تجاوب الطفل | السبب | الطبع |
|----------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------|
| اشعاره بالراحة | يفضل الاكتفاء بالنظر او الاستماع | قد يستاء من كثرة الاحتضان، الاغطية | الطفل الهادئ واليقظ |
| اشعاره بأنه مرغوب فيه | يبالغ في رد فعله | صوت عالي، ضوء قوي، تغيير في المحيط | الطفل الشديد الحساسية |
| ايقاضه لتناول وجبات الطعام | ينام، متطلباته قليلة، يبكي نادراً | يتهرب من مواجهة الحياة | الطفل المسترخي |

الإستحمام

- حمام الطفل مرتين أو ثلاث كل اسبوع أو مرة كل يوم إن أحببت
- عندما يكون الطفل مستيقظاً، غير جائع أو متعب، بعد الرضاعة بساعة على الأقل
- المكان دافئ
- تحضير الإحتياجات سلفاً
- غسل المؤخرة كلما تبول وتبرز



العناية الخاصة بالصرّة

- إستعمال السبيرتو ٧٠ درجة أو أي مطهر موجود، الشاش المعقم أو التنظيف
- عدم إستعمال الزنار



الملابس

- سهلة الإستعمال، مريحة وقطنية
- عدم إستعمال القماط لتثبيت الأطراف

النوم

يمضي المولود الجديد ايامه الاولى نائماً، ان لا يستيقظ الا عند شعوره بالجوع، كما توقظه امه متى ترضعه. وحين يبلغ الاسبوعين من عمره يتراوح معدل نومه الطبيعي بين ١٢ و١٨ ساعة يومياً.

- عدم إرغام الطفل على النوم او الاستيقاظ بقوة
- اذا استدعى الامر إيقاظه فمن الممكن فعل ذلك بالهدوء والملاسة الناعمة
- الامتناع عن إعطائه المهدئات من دون استشارة الطبيب
- تحضيره للنوم يستدعي توفير شروط راحته، نظافته وتلبية حاجاته من الغذاء
- اذا استفاق في الليل وبكى، من الافضل الذهاب إليه وتهديته ريثما ينام مجدداً
- عدم اطلاق راحته لاسباب غير ضرورية (رؤية الضيوف)
- تعويده النوم في شكل منتظم



بيئة الطفل

- البقاء في نفس المكان خلال الاسبوع الاول
- البقاء مع امه في نفس الغرفة
- الحفاظ على حرارة الغرفة معتدلة ٢٥-٢٩ درجة
- تهوية الغرفة صيفاً وشتاءً
- عدم التدخين في المنزل
- الإبتعاد عن الضجيج
- إبعاد المرضى



الحواس والأحاسيس

تعمل حواس الطفل في شكل جيد منذ ولادته ان يري ويسمع ويشم ويتلمس ويتذوق ولا ينقصه شيء في هذا الصدد سوى تمرينه على تطوير استخدام حواسه .



| الاحساس | السبب | المعالجة | ملاحظات |
|----------------------|--|---------------------------------------|-----------------------------------|
| تقلب المزاج (البكاء) | حاجات غالباً بسيطة | الإحتضان، الطعام، الدفء الهدهدة | وسلية المولود الوحيدة للتواصل |
| الجوع | الجوع يسبب البكاء عندما تكون المعدة فارغة | اطعامه | اكثر سبب للبكاء |
| الألم | الالم صعب التحديد | الإنتباه من الحليب وماء الحمام الساخن | الاحساس بالألم أقل من الأكبر سناً |
| البرد | مكان بارد | الدفء | يثير غضبه |
| الاثارة الزائدة | الأصوات المرتفعة، الأضواء القوية والمعاملة القاسية | تأمين الراحة والنوم والطعام | تغيره وتسبب بكائه |
| الملامسة الجسدية | نقص في الملامسة والمواساة | الحمل والاحتضان | |

الصحة والغذاء

- بدء الرضاعة من الثدي خلال ساعة من ولادة الطفل وعدم اطعامه أي شيء غير حليب الام حتى ولو تلمحياً.
- بعد كل رضعة تقريباً، يتبرز الطفل الذي يتغذى من ثدي امه، لكن ذلك لا يعتبر إسهالاً.
- تحصينه يبدأ في اليوم الاول من عمر، أعطيه الجرعة الاولى من لقاح الكبد البائي (صغيرة ب) خلال اليوم الاول بعد الولادة .
- الاعتناء بصحته ووقايته من إلتهاب المؤخرة بغسلها وتنشيفها كلما تبرز أو تبول .
- عدم تركه وحيداً في غرفة الحمام ولو لثانية واحدة .
- يزيد وزنه ١٥٠ - ٢٠٠ غرام في الاسبوع ، قومي بوزنه اسبوعياً خلال الشهر الاول ثم شهرياً حتى نهاية عامه الثاني.

