



الطفولة وأهميتها في الإسلام (٢)

إعداد قسم الأطفال في المستشفى الإسلامي
١- د. علي عطية ٢- د. عمر حجازي ٣- د. حسين عياش ٤- د. رنا النابلسي

نصائح تحتاجين إليها لرعاية طفلك الوليد

أيتها الأم الفاضلة

إن أطباءنا الاختصاصيين في المستشفى الإسلامي يقومون بإجراء الفحوص للتأكد من سلامة وصحة طفلك حال ولادته وطوال وجوده في المستشفى، ومن المفيد جداً مراجعة طبيينا الاختصاصي بعد اسبوع من مولد الطفل لإجراء فحص شامل للتأكد من سلامته ونصح الأمهات الكريمات بإطلاع الطبيب على أية ملاحظات يلاحظنها على الطفل خلال ذلك الاسبوع .

من أجل تغذية صحية لطفلك :

- ١- يحتاج الطفل في أشهره الأولى الى الحليب فقط واعلمي أيها الأم الفاضلة أن الله عز وجل حين خلق حليب الأم قد أودع فيه كل ما يحتاجه الطفل من مادة غذائية نافعة ولذلك فإننا ننصحك بعدم الاعتماد على الحليب الاصطناعي لأنه مهما بلغ من الاتقان لن يصل إلى مرتبة حليب الأم الذي هو من صنع الله «ومن أحسن من الله صنعا» .
- ٢- أثناء ارضاعك للطفل قد يبتلع بعض الهواء ومن الضروري مساعدة طفلك على اخراج هذا الهواء باستخدام «التدشية» خلال الرضاعة وبعد انتهاء الرضاعة وذلك بالتربيت على ظهره بلطف أو مسحه بخفة واستمري في ذلك حتى التأكد من خروج الهواء من فم الطفل .
- ٣- عندما يبلغ طفلك حوالي ثلاثة أشهر ننصحك باعطائه كميات صغيرة من الأغذية شبه الصلبة مع الاستمرار بارضاعه من حليبك، ومن الأفضل أن تكون الزيادة في كمية الأغذية الصلبة ليتعود طفلك عليها .
- ٤- يحتاج طفلك إلى سوائل إضافية وخاصة في الجو الحار وننصحك باعطائه بين فترة وأخرى كميات قليلة من الماء البارد الذي تم غليه في وقت سابق ولا بأس من اعطائه كميات من عصير الفاكهة الطازجة .
- ٥- في حالة استعمال الماء لتحضير غذاء للطفل أو من أجل سقايته يجب غلي الماء لمدة كافية للتأكد من خلوه من الجراثيم والميكروبات الضارة .
- ٦- عند ارضاع طفلك اجلسي في وضع مريح واحذري أن تبعديه عن صدرك بقوة أثناء رضاعته خشية أن يصبح شرهاً في رضاعته .
- ٧- من الضروري اهتمام الأم بغذائها الشخصي في فترة الارضاع والإكثار من البروتينات كالسمك والدجاج والبيض بالإضافة إلى الخضار والفاكهة الطازجة ونصح بالإكثار من شرب الماء والحليب والسوائل الأخرى .
- ٨- أن تعويد الطفل على النظام منذ صغره أمر مرغوب فابدئي بتعويده على ذلك بتنظيم أوقات وجباته بمعدل خمس الى ست وجبات كل ٢٤ ساعة تقسم على فترات منتظمة بمعدل وجبة كل ٣ - ٤ ساعات .
- ٩- احرصي اثناء ارضاعك لطفلك على عدم نقله إلى الثدي الآخر قبل فراغ الثدي الأول من حليبك لأن تفرغ الثدي بشكل كامل يساعد على تكوين الحليب من جديد بشكل كاف باستمرار .

تعقيم أدوات الرضاعة :

في حالة الاضطرار للاستغناء عن حليب الأم وإعطاء الطفل حليباً اصطناعياً يجب أن تكون أدوات الرضاعة في غاية النظافة وللتأكد من ذلك يجب تعقيمها وذلك بغليها لمدة كافية .

حمام الطفل :

أيتها الأم الكريمة عليك الاهتمام بنظافة طفلك الرضيع امتثالاً لقول الرسول صلى الله عليه وسلم بأن النظافة من الإيمان، كما أن نظافة الطفل تسبغ عليه مزيداً من الجمال وتعطيه شعوراً بالراحة .

ومن أجل حماية طفلك ننصحك باتباع التعليمات التالية في أثناء حمام طفلك :

- ١- يجب أن تكون جميع الأدوات والأواني المستعملة نظيفة .
- ٢- استعملي قطعة قماش ناعمة أثناء حمام الطفل في الاسبوعين الأولين من عمره .
- ٣- خلال الاسبوعين الأولين من عمر الطفل حافظي على بقاء «السرة» جافة ويمكن إزالة الأوساخ عنها باستخدام قطعة قماش ناعمة مبللة بمطهر طبي «سبيرتو» مرة كل يوم .
- ٤- بعد أن تسقط «السرة» خلال اسبوع الى اسبوعين من ولادة الطفل وتلتئم تماماً يمكن غسل الطفل بشكل عادي