



حمام نوزاد



بیمارستان باقر العلوم اهر

آموزش سلامت همگانی
زیر نظر آقای دکتر فکری
فوق تخصص نوزادان

تاریخ نگارش:

1402/02/15

تاریخ بازنگری:

1403/02/15

مراحل حمام دادن نوزاد:

آماده کردن محیط:

- درجه حرارت اتاق در حد ۲۶-۲۷ باشد
- اتاق بدون کوران هوا باشد. در صورت لزوم بستن در و پنجره ها

۲. آماده کردن وسایل و تجهیزات حمام کردن قبل از شروع حمام

۳. زمان استحمام قبل از ساعت تغذیه نوزاد انجام شود. باید توجه داشت که حمام کردن نوزاد بیشتر از ۵-۸ دقیقه طول نکشد.

۴. بعد از ریختن آب در وان آرنج خود را در وان فرو برده و میزان حرارت آب را بسنجید که حرارت آن باید فقط پوست شما را گرم کند. (در حد ۳۷ تا ۴۰ درجه)

۵. برای شستن صورت نوزاد یک تکه پنبه را در آب جوشیده ولرم شده خیس کرده و برای شستن چشموهای نوزاد استفاده کنید و از تکه های دیگر پنبه برای شستن گوش ها و دهان نوزاد استفاده کنید.

۶. لباس های نوزاد را در بیاورید و او را در یک حوله بپیچید و برای اینکه نوزاد را نگهدارید آستینهایتان را بالا بزنید.

۷. نوزاد را به آرامی در حالی که داخل حوله نرم قرار دارد داخل وان قرار داده و نوزاد را طوری بگیرید که آب تا زیر شانه نوزاد را بپوشاند. شامپو را روی مج یا ساعد دست بریزید. سپس به آرامی یکی از اندامها را از قنداق آزاد و وانرا با شامپو بشوید.

اندام شسته شده را در حالیکه درون آب است با آب وان تمیز و مجددا در حوله پیچانده شود.

این مراحل را برای سایر اندام ها به ترتیب انجام دهید.

شکم و پشت و ناحیه تناسلی نوزاد در یک مرحله شسته شود

۸. برای شستن سر آب تمیز را از یک بطری بر روی فرق سر نوزاد بریزید طوری که آب روی چشم ها ریخته نشود. سر را شامپو بزنید و مجددا از بطری سر را با آب تمیز آب گیری کنید.

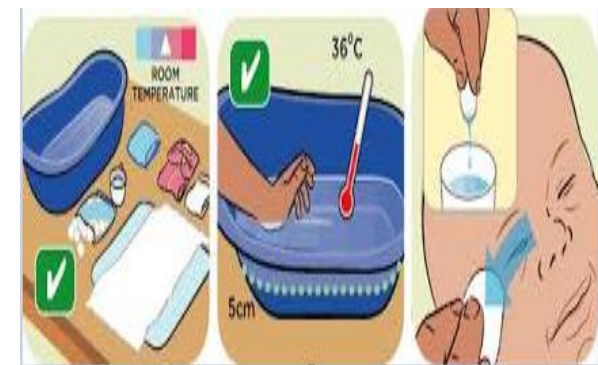
۹. نوزاد را از داخل حوله ای که در آب در آن پیچیده شده در بیاورید حوله خیس را در آب رها کنید. دوباره نوزاد را با آب بطری آب گیری کنید.

۱۰. بعد از اتمام حمام نوزاد را با حوله گرم خشک کنید. سپس به نوزاد لباس گرم و کلاه بپوشانید. از پتوی اضافه برای گرم کردن نوزاد استفاده کنید.

مادران تازه کار یا زنانی که قصد مادر شدن دارند ، همیشه این نگرانی را دارند که چگونه نوزاد تازه بدنیا آورده خود را حمام کنند. معمولا یک مادر بزرگ مهربان و دلسوز هست که با استفاده از تجربه بزرگ کردن چندین فرزند ، با عشق و علاقه نوه کوچک خود را حمام میکند. با این حال مادران تازه کار هم باید حمام کردن نوزادشان را یاد بگیرند. و بی ترس از لیز خوردن بچه یا آسیب رساندن به او ، دلبندها را حمام کنند و از این کار لذت ببرند. پس به جای نگرانی و ترسیدن ، قلق های حمام کردن نوزادتان را یاد بگیرید.



شما لازم است که نوزاد خود را هفته ای یک یا دو بار بطور کامل حمام کنید . شستن روزانه صورت و گردن و شستن او هنگام تعویض پوشک لازم خواهد بود . حمام گرم اغلب باعث خشکی پوست نوزاد میشود . زمانی که نوزاد خود را حمام میکنید دقت کنید که او را به آرامی حرکت دهید و اینکار را بیشتر از یک بار انجام ندهید . چون ممکن است به نوزاد شما فشار وارد شود. در حین حمام کردن با صدای آرام و تسکین دهنده با نوزاد خود صحبت کنید. و برای اینکه احساس امنیت بیشتری بکند دستها و پاهایش را نزدیک به بدنش نگهدارید. حمام کردن میتواند استرس زا باشد و نوزادتان بعد از حمام کردن به استراحت نیاز داشته باشد. شما میتوانید نوزادتان را در داخل یک وان و یا ظرف مخصوص شستو حمام دهید. دقت کنید که نوزاد در برابر بوران هوا نباشد.



وسایل مورد نیاز برای حمام کردن نوزاد

- ✓ وان مخصوص نوزاد
- ✓ شامپو مخصوص نوزاد (شامپو مخصوص نوزاد با پوست های حساس)
- ✓ حوله های از قبل گرم شده (حداقل دو حوله) یکی برای قنداق کردن و به همراه آن غوطه ور کردن در آب و یکی برای خشک کردن نوزاد
- ✓ بطری یا پارچ آب دارای آب ولرم (معادل درجه آب وان) برای آب گیری نهایی و شستشوی سر

