



نشرة إرشادية للآباء والأمهات

من عمر ٦ أسابيع حتى ٣ أشهر

يتعرف الطفل والوالدين الواحد على الآخر وتتوثق أواصر العلاقة بينهما.


وزارة الصحة
الخدمات الصحية للجمهور
دوائر الصحة لواء الشمال وحيفا



من عمر ٦ أسابيع حتى ٣ أشهر

من واجب الأهل الحذر !!!

- حافظوا دوماً على محيط آمن للرضيع: متكاً (درايزين) للسريير مرفوع للأعلى ودرجة حرارة مناسبة في الغرفة (٢١ - ٢٢ درجة مئوية) ولباس مريح للطفل. كذلك ينبغي إبعاد أي أغراض خطيرة أو أغراض لا حاجة إليها من محيط الطفل.
- في الحَمَام: يجب أن تكون درجة حرارة مياه الاستحمام مناسبة (٣٧ درجة مئوية) ومع الحرص على الإمساك بالرضيع بطريقة حذرة طيلة فترة العناية به.
- يُحظر التدخين في محيط الرضيع.
- يجب إجلال الرضيع في السيارة في مقعد أمان يحمل شعار معهد المواصفات. إياكم وإبقاء الطفل لوحده في السيارة ولو لثانية واحدة !!
- لا تشتروا لطفلكم أي معدات وألعاب لا تحمل شعار معهد المواصفات.
- لا يجوز إبقاء الطفل لوحده ولو للحظة في مكان قد يعرضه للوقوع.

ما هي الأمور المستحسنة للتعامل مع الطفل في هذه المرحلة؟

١. احتضان الطفل ومداعبته ومخاطبته بكلمات المحبة; جميعها أمور هامة للطفل وتشجع نموه وتطوره بشكل سليم.
٢. يعبر الطفل عن نفسه بواسطة البكاء والتبسم والنظرات والأصوات التي يصدرها. حين يتعرف الوالدان على أشكال التعبير هذه يصبح من السهل عليهم التجاوب مع احتياجات طفلهم.
٣. حين يتواصل والدي الرضيع معه بالنظرات والكلام فإنه يشعر بالمتعة. يجب أن نتيح له التجاوب معنا حتى وإن كانت ردود فعله ما تزال بطيئة.
٤. يجب أن نتيح للطفل متابعة غرض يستحوذ على اهتمامه (لعبة متحركة فوق السريير - "موبايل"، صورة) كلما تحرك هذا الغرض من جهة لأخرى، أو نتيح له تتبع تعبيرات الوجه. يرى الطفل الأشياء بوضوح عن بعد ٣٠ سنتيمتر.
٥. أفضل غذاء للطفل هو حليب الأم الذي يساهم في نموه وتطوره. لا حاجة لإضافة أي مشروب للغذاء ولا حاجة للمشروبات المحلاة.
٦. يبدأ الطفل بالإمساك بالأشياء بيديه. من المفضل أن ندس في يده كرة إسفنجية أو لعبة مصنوعة من القماش الناعم بحيث تتناسب مع حجم كف يده.
٧. عندما يكون الطفل يقظاً وتحت المراقبة يجب تغيير وضعية جسمه بين الحين والآخر. يجب وضعه على بطنه ووضع ألعاب ملونة في مجال رؤيته. وهكذا يستطيع تحسين قدرته على رفع الرأس ويتلقى محفزات لتطوير التوازن والحركة. عندما يكون الطفل نائماً، يجب أن نضعه على ظهره.
٨. يفرح الطفل لتعرفه على محيطه القريب في البيت وخارجه. عندما يكون يقظاً، يجب، من حين لآخر، تغيير مكانه داخل البيت أو اصطحابه في عربة أو محمل للتجول خارج البيت.