هل المواليد يحتاجون للاستحمام يوميًا ؟.. استشاري يجيب

أوضح استشاري الأطفال الدكتور نصرالدين الشريف ، أن الاطفال حديثو الولادة لا يحتاجون إلى الاستحمام يوميًا ؛ حيث إنه نادًرا ما يتعرقون بما يكفي ليحتاجوا إلى حمام كامل، ففي السنة الأولى من عمر الرضيع، يكون استحمامه 3 مرات أسبوعيًّا كافيًّا؛ لأن الاستحمام بشكل متكرر يمكن أن يُحدث جفافًا لبشرة الطفل. نصيحة منظمة الصحة

ولفت الدكتور الشريف إلى أن منظمة الصحة العالمية توصي بتأخير حمام الطفل الأول حتى 24 ساعة بعد الولادة، أو الانتظار لمدة 6 ساعات على الأقل، ويُفضل تأخير استحمام حديثي الولادة لمدة 24 ساعة لأن استحمام الطفل فور ولادته يعرضه لانخفاض درجة حرارة الجسم، وانخفاض السكر في الدم ، إذ إنه فور الولادة يغطي جسم الطفل مادة بيضاء شمعية تعمل كمرطب طبيعي، وقد تكون لها خصائص مضادة للبكتيريا ، مع ملاحظة أنه قبل سقوط الحبل السري، لا يجب غمر الطفل في الماء للحفاظ على جفاف هذه المنطقة. نصائح لاستحمام آمن

وبين الدكتور الشريف أن هناك بعض النصائح المهمة لاستحمام آمن للرضيع وهي :

- يجب استخدام حوض استحمام بلاستيكي صلب للطفل بسطح مائل مزود من الداخل بموانع للانزلاق.
- يجب أن يكون حوض الاستحمام مزودًا بموانع الانزلاق للمحافظة على ثباته ومنعه من الحركة.
- تجنب إحضار أطواق النجاة، وأدوات العوم، والكراسي داخل حوض الاستحمام؛ لأن الرضيع قد يغرق إذا أفلت منها.
- وضع المنشفة ومستلزمات الاستحمام الأخرى في متناول اليد؛ حتى تتمكن من إبقاء الطفل في متناول اليد في جميع الأوقات.
- إذا نسيت شيئًا أو احتجت إلى الرد على الهاتف أو فتح الباب أثناء استحمام الطفل، فيجب اصطحاب الطفل معك.
- لا يجب ترك الطفل وحده في حوض الاستحمام حتى لو للحظة.
- يجب ضبط درجة حرارة المياه واختبارها قبل الاستحمام بحيث تكون دافئة.
- يجب الحفاظ على دفء الطفل، فبمجرد خلع ملابسه يجب وضعه في الماء على الفور حتى لا يبرد.
- يجب إبقاء جسد الطفل ووجهه أعلى بكثير من مستوى الماء من أجل الأمان؛ لذلك ستحتاج إلى صب الماء الدافئ على جسده بشكل متكرر لإبقائه دافئًا. ارشادات صحية هامة

وخلص إلى القول أن هناك ارشادات صحية هامة وهي:

- يجب استخدام الصابون باعتدال؛ حيث يمكن للصابون أن يجفف بشرة الطفل.
- يجب غسل شعر الطفل مرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع باستخدام شامبو خفيف أو غسول للجسم.
- يجب أن يكون الاستحمام تجربة مريحة ومهدئة للطفل؛ لذا يجب محاولة الاستمتاع معه.
- تجنب وجود ألعاب في حوض الاستحمام؛ خاصة إذا كان الطفل صغيرًا؛ لأنها ستشتت انتباهك عن الطفل.
- عند الانتهاء من وقت الاستحمام، يجب لف منشفة على الفور حول رأس الطفل وجسمه؛ لمساعدته على البقاء دافئًا.
- بعد الاستحمام يمكن ترطيب الجلد بمرطب خالي من العطور مباشرة بعد الاستحمام؛ للمساعدة على منع جفاف الجلد أو الأكزيما.