



טיפול בתינוק

משקל התינוק

עד היום השלישי מהלידה נצפה לראות ירידה במשקל

התינוק עד כ- 8% ממשקלו ביום הלידה.

תוך מספר ימים נצפה לעליה קלה במשקל, וכעבור שבוע

נצפה לחזרתו למשקל הלידה.

אין הכרח שהתינוק יעלה במשקל במידה שווה כל שבוע.



החתלה וטיפול בטבור

יש להחליף טיטול לתינוק לפני או אחרי ההנקה לפי הצורך.
בכל החלפת טיטול יש לטפל בטבור על ידי ניקיון בצמר גפן
ספוג באלכוהול 70% ולאחר מיכן ליפוף של צמר גפן יבש
על הטבור עד לנשירתו כשבועיים שלושה מהלידה.



כללים להחתלה בטוחה

- ◆ חתלי את תינוקך במקום נמוך ככל האפשר.
- ◆ הכיני מראש את כל הציוד הדרוש קרוב בהישג ידך אך הרחק מהישג ידו של תינוקך.
- ◆ במידה ונפל דבר מה, התכופפי תמיד כאשר ידך מונחת על גופו של תינוקך!!

- ◆ לעולם אל תשאירי את תינוקך לבד על משטח ההחתלה!!



רחצה



◆ רחצי את תינוקך מידי יום כדי לשמור על ניקיונו ובריאותו.
◆ חממי את החדר לקראת האמבטיה לטמפרטורה של כ-25 מעלות.

◆ הכיני את כל הציוד הנדרש לך לאחר המקלחת בהישג יד לפני שאת מתחילה את תהליך הרחצה.

◆ וודאי כי האמבטיה רחוקה ממקור חשמל והרחיקי מכשירי

חשמל מקרבת האמבטיה!!





רחצה בטוחה

- ◆ מלאי את האמבטיה במים חמימים.
- ◆ ניתן להשתמש במד-חום לאמבטיה ולוודא שטמפרטורת המים הינה בין 35-37 מעלות.
- ◆ בנוסף ניתן לבדוק שהמים נעימים על ידי הכנסת המרפק שלך.
- ◆ שימי לב אין צורך בכמות גדולה של מים! המים לא צריכים לעבור את קו הפטמות של תינוקך.



רחצה בטוחה

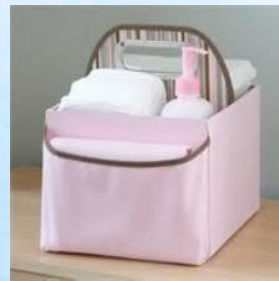
- ◆ הכניסי את תינוקך למים לאט ובזהירות כאשר יד אחת שלך מתחת לגבו ואוחזת בידו הנגדית של תינוקך וידך השנייה אוחזת בישבנו עד שישבנו נוגע בתחתית האמבטיה וראשו נשאר מחוץ למים.
- ◆ תנוחת התינוק תהיה חצי ישיבה.





רחצה בטוחה

- ◆ כעת תוכלי לשחרר בזהירות את היד שאחזה בישבן על מנת לרחוץ את תינוקך.
- ◆ השתמשי בסבון המיועד לתינוקות והתחילי לרחוץ את תינוקך מלמעלה למטה: ראש, פנים חזה, בטן וידיים, אזור הטיטול והרגליים.
- ◆ הקפידו לנקות בין קפלי העור של גופו.
- ◆ הימנעי משפשוף עורו של התינוק אין צורך בכך.



רחצה בטוחה

- ◆ בתום המקלחת הרימי את תינוקך ועטפי אותו במגבת. הקפידי לכסות גם את ראשו אך לא את פניו. הניחי אותו על משטח, נגבי חתלי והלבישי לפי הצורך.
- ◆ לעולם אל תשאירי את תינוקך לבד באמבטיה אפילו לא למספר שניות!!



רחצה נעימה ☺



גזירת ציפורניים

- ◆ ההמלצה המקובלת היא לא לגזור את ציפורניו של התינוק בעשרת הימים הראשונים לחייו, כיוון שעורו עדיין מחובר לציפורן וגזירתה עלולה להכאיב לו.
- ◆ אחרי עשרה ימים אם ישנו צורך לגזור את הציפורניים יש להשתמש במספריים מותאמים לתינוקות או קוצץ ציפורניים מותאם.
- ◆ הקפידי לוודא כי הציפורן מופרדת מהעור!
- ◆ מומלץ לגזור את ציפורני התינוק כאשר הוא ישן וכך לא תהיה התנגדות מצדו. במידה והתינוק ער הקפידי לאחוז חזק ויציב את ידו של תינוקך ולהפריד בין אצבעותיו.



מספר כללי בטיחות חשובים!



גזירת ציפורניים

- ◆ ההמלצה המקובלת היא לא לגזור את ציפורניו של התינוק בעשרת הימים הראשונים לחייו, כיוון שעורו עדיין מחובר לציפורן וגזירתה עלולה להכאיב לו.
- ◆ אחרי עשרה ימים אם ישנו צורך לגזור את הציפורניים יש להשתמש במספריים מותאמים לתינוקות או קוצץ ציפורניים מותאם.
- ◆ הקפידי לוודא כי הציפורן מופרדת מהעור!
- ◆ מומלץ לגזור את ציפורני התינוק כאשר הוא ישן וכך לא תהיה התנגדות מצדו. במידה והתינוק ער הקפידי לאחוז חזק ויציב את ידו של תינוקך ולהפריד בין אצבעותיו.

מנעי מוות בעריסה:

◆ השכיבי את תינוקך על הבטן רק בזמן שהוא ער ובהשגחת מבוגר
אחראי! בכל זמן אחר ובזמן שינה במיוחד השכיבי אותו על הגב
בלבד!

- ◆ הקפידי לא לכסות את פניו של תינוקך לעולם!
- ◆ אין צורך בבובות וחפצים נוספים במיטת תינוקך.
- ◆ הימנעו מעישון בסביבת התינוק!
- ◆ הימנעו משינה משותפת במיטת ההורים.



הקפידי לא להירדם עם

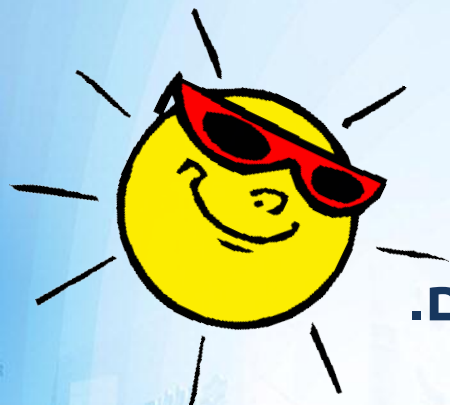
תינוקך על הידיים!

גם לא בזמן הנקה

בשכיבה!



מנעי התחממות/התקררות יתר:



- ◆ מנעי התחממות/התקררות יתר:
- ◆ הלבישי את תינוקך בהתאם לעונה.
- ◆ הקפידו להלביש את תינוקך היטב בימי החורף הקרים.
- ◆ אין צורך בלבוש עודף בימי הקיץ החמים.
- ◆ דאגי שטמפרטורת הבית נעימה כ-22 מעלות וחממי/קררי בהתאם.



בטיחות בנסיעה



וודאו שכולם יצאו מהרכב לפני נעילתו!!

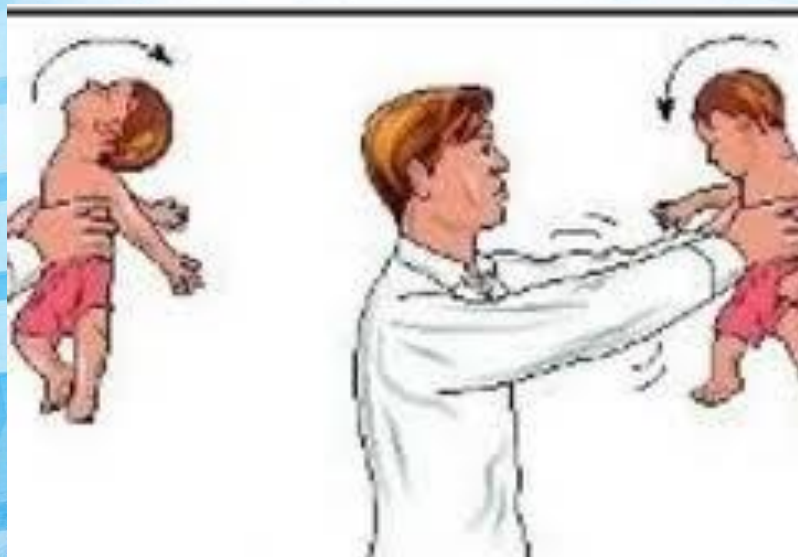
עשו לכם הרגל קבוע בתום הנסיעה אשר יבטיח כי
תינוקכם לעולם לא ישכח ברכב לבדו.



טלטול תינוקות

אסור לטלטל תינוקות!!!

גם משחק של זריקה ותפיסת התינוק נחשב טלטול.



ודאי שהבית מוכן לבואו של תינוקך ובטוח

עבורו.





הנקה



הנקה

- ◆ רצוי שתניקי את תינוקך כל 2-3 שעות, בין 8-12 הנקות ביום.
- ◆ משך ההנקה יהיה כחצי שעה משד אחד. כאשר תינוקך שבע הוא ישחרר לבד את הפטמה.
- ◆ בהנקה הבאה יש להתחיל מהשד השני.



הנקה נכונה

- ◆ אחזי את תינוקך צמוד לגופך כאשר הבטן שלו נוגעת בשלך ופיו נמצא אל מול הפטמה.
- ◆ במידת הצורך היעזרי בכרית מתחת לגופו של התינוק אשר תרים אותו אליך ולא תצטרכי להתכופף.



הנקה נכונה



◆ גרי את תינוקך לפתוח את פיו גדול ככל האפשר על ידי נגיעת הפטמה מתחת לאפו בתנועה קלה מלמעלה למטה.

◆ ניתן להוציא מעט חלב מהשד כדי לגרות את תאבונו.



הנקה נכונה

- ◆ כאשר תינוקך פתח את פיו יש להצמידו אל הפטמה בעדינות אך בזריזות מלמטה כלפי מעלה.
- ◆ שימי לב שתינוקך אוחז גם בחלק מן ההילה שמסביב לפטמה ולא רק בקצה הפטמה!
- ◆ שימי לב ששפתיו פונות כלפי חוץ.



הנקה נכונה

- ◆ אצל תינוקות רבים ההצמדה הראשונה יכולה לקחת מספר ניסיונות עד למידת התינוק את "תפקידו".
- ◆ אל תתייאשי ונסי שוב.
- ◆ תיתכן רגישות בפטמות שתבטא בכאב קל אך לא אמורים להופיע כאבים עזים, פצעים ודימומים. במידה ומופיעים כאבים חזקים יש לנתק את התינוק מן הפטמה.



הנקה נכונה

- ◆ במידה והתינוק התחבר באופן לא נכון או באופן שמכאיב לך נתקי את התינוק מן הפטמה על ידי שחרור הווקום, באמצעות הכנסת קצה הזרת שלך לזווית הפה של תינוקך וקיפולה קלות עד הישמע צליל הניתוק. כעת תוכלי להרחיק את התינוק מן השד ללא כאבים, ולהצמידו מחדש.
- ◆ זכרי בסיום ההנקה להרים את תינוקך ולטפוח קלות על גבו עד שתשמעי שחרור של אויר. (גרפס)





בכל קושי שבדרך צוות
האחיות ישמח לעמוד
לרשותך ולעזור לך!

אנו מאחלים לך
מזל טוב!
ושהות נעימה
במחלקתנו 😊

