



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان  
مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی  
۱۷ شهریور رشت

## “حمام کردن نوزاد” را یاد بگیرید!



تهیه و تنظیم: کارگروه آموزش سلامت بخش نوزادان  
تحت نظارت: سوپروایزر آموزش سلامت

مهر ۱۴۰۳

شماره تماس بیمارستان (نوزادان):

۰۱۳-۳۳۳۶۹۳۹۱-۳۳۳۶۹۰۴۴-(۲۷۳)

شماره تماس جهت پاسخ به سوالات شیر مادر:

(از ساعت ۸ تا ۲۰)

آدرس صفحه “آموزش به بیمار” بیمارستان:

<https://17shahrivar.gums.ac.ir>



منبع:

۱. زرکش مرجانه، نمازی آسیه. ۱۳۹۱. معاینات بالینی و  
مراقبت های ضروری نوزادان. رشت: دانشگاه آزاد اسلامی.  
صفحه ۷۱ تا ۷۳.

• سوراخ های بینی را با پنبه تمیزنمایید اما داخل بینی  
را دستکاری ننمائید.

• چین های زیر گردن وزیر بغل و کشاله ران فراموش  
نشود.

• در آخر دستگاه تناسلی نوزاد را از جلو به عقب شسته  
تا آلودگی مدفوع به مجرای ادرار منتقل نشود.

• در آخر نوزاد را با حوله بپوشانید و خشک کنید و  
پوشک تمیز بسته شود و لباس گرم پوشانده شود.

• حمام نوزاد بیش از ۲ تا ۳ بار در هفته نباشد زیرا سبب  
خشکی پوست نوزاد می شود.

• در هنگام حمام نوزاد ناخن فرد استحمام کننده کوتاه  
باشد و از زیور آلات مانند از حلقه، انگشتر، دستبند  
و ... و هر وسیله که سبب صدمه شود پرهیزد.

توصیه های خودمراقبتی

.....

.....

.....

## روش حمام کردن نوزاد چگونه است؟

- لباسهای نوزاد را خارج نمایید ولی پوشک را خارج نکنید. فرزندتان را داخل حوله بپیچید به نحوی که دستهایش داخل حوله باشد.
- برای شستن سر نوزاد او را از ناحیه شانه در زیر بغل دست غیر غالب طوری نگه دارید که صورت او رو به پایین باشد و گردنش در وضع راحتی باشد.
- با انگشتان شست و سبابه سوراخ گوش نوزاد گرفته و با کف دست راست سر نوزاد رو خیس و با آب و کمی شامپو شستشو دهید.
- سپس با دست راست آب را به آرامی روی سر نوزاد ریخته تا کف صابون یا شامپو برود و با پارچ آبی که از قبل آماده کردید سرش را آبکشی کنید.
- سر نوزاد و صورت نوزاد را با حوله ی کوچک خشک نمایید.
- با تکه های پنبه که جداگانه با آب گرم اغشته کردید چشمان نوزاد را جداگانه تمیز کنید.
- در انتها دستها، پاها، شکم و پشت نوزاد را بشویید.

## چه وسایلی برای حمام نوزاد نیاز دارید؟

از آب با دمای ۳۷ درجه سانتی گراد برای استحمام نوزاد استفاده نمایید قبل استحمام با آرنج خود درجه حرارت آب رو کنترل نمایید.

۱- پیش بند

۲- دو حوله گرم

۳- صابون یا شامپو بچه

۴- مقداری پنبه

۵- کاسه کوچک محتوی آب جوشیده سرد

۶- وان حمام مخصوص نوزاد



از وان مخصوص نوزاد برای حمام استفاده نمایید

والدین گرمی، مطالب زیر جهت افزایش آگاهی شما در مورد "روش صحیح حمام کردن نوزادتان" می باشد لطفا به نکات زیر توجه فرمایید:

## دمای مناسب اتاق برای حمام نوزاد چند درجه است؟

- ابتدا اتاق گرمی را جهت حمام آماده کنید.
- دمای اتاق باید بین ۲۴ تا ۲۸ درجه ی سانتیگراد باشد.

## چه زمانی نوزاد را حمام کنید؟

- زمان حمام کردن بهتر است یک ساعت یا بیشتر، قبل از شیردهی باشد.
- در هنگام گرسنگی و بعد شیردهی از حمام نوزاد بپرهیزید.