

Paglilinis

Araw-araw na Paglilinis

Bawa't araw, punasan ang mukha, leeg, mga kamay at lugar ng lampin ng iyong sanggol, sa ganoong pagkakasunod-sunod.

Pagpapaligo



ALAM MO BA

Hindi mo kailangan paliguan ang iyong sanggol araw-araw.

Ligtas na pagpapaligo

- ✓ Palaging ilagay ang kahit isang kamay sa iyong sanggol habang siya ay nasa paliguan.
- ✓ Kung magagawa mo, itakda ang iyong mainit na tangke ng tubig na mababa sa 49°C (120°F).
- ✗ Huwag kailanman iiwanan ang iyong sanggol na mag-isa kapag siya ay nasa o malapit sa paliguan – kahit isang saglit.
- ✗ Huwag gumamit ng:
 - ✗ mga langis sa pagpapaligo, na magpapadulas sa kanya
 - ✗ mga pamahid na bulak, na maaaring makasakit sa mga maselang lugar
 - ✗ mga upuan o mga singsing sa paliguan, na maaaring magpuwesto ng isang panganib sa pagkalunod



TAGAPAGBUO NG UTAK

Gawin ang pagpapaligo na isang nakikipag-ugnayang karanasan.

Ngumiti, makipagkontak sa mata, kumanta at kausapin ang iyong sanggol.



PAANO

Paliguan ang iyong sanggol

1. Painitin ang silid - 22 hanggang 27 ° C (72 hanggang 81 ° F).
2. Gumamit ng lababo, palanggana, tub ng sanggol o - kung sasama ka sa kanya - ang iyong regular na bathtub.
3. Maglatag ng isang kumot o tuwalya.
4. Ilagay ang lahat ng kakailanganin mo sa maaaring maabot.
5. Gumamit ng maligamgam - hindi mainit - na tubig.
6. Hugasan ang mga bahagi mula sa pinakamalinis hanggang sa marumi. Magsimula sa mukha, gamit lamang ang tubig, at huling linisin ang lugar ng lampin. Gumamit ng banayad, walang amoy na sabon sa kitang-kita na maruming mga bahagi, tulad ng lugar ng lampin at mga kamay.
7. Gumamit ng banayad, walang amoy na sabon o shampoo ng bata sa kanyang buhok, at banlawang mabuti.
8. Ilagay siya sa tuwalya at dampi-dampi siyang tuyuin. Gumalaw nang mabilis, dahil ang mga sanggol ay mabilis na lamigin. Siguraduhing tuyuin ang kanyang mga nakatiklop na balat.



MGA KAPAREHA

Ano ang Magagawa Mo

Umupo sa loob ng tub at ipapasa sa iyong kapareha ang iyong sanggol sa iyo. Kapag tapos na ang pagpapaligo, ipasa siyang pabalik bago lumabas.

Mga Bahaging Nangangailangan ng Espesyal na Pangangalaga

Mga Mata

Gamit ang isang malinis, mamasa-masang tela, punasan mula sa paloob hanggang sa palabas na sulok.

Mga Tainga

Linisin lamang ang panlabas na bahagi, gamit ang isang basahan na nakabalot sa iyong daliri. Huwag gumamit ng mga pamahid na bulak.

Mga Ari

Marahang linisin ang pagitan ng mga panlabas na tiklop ng labia ng mga batang babae. Huwag hilahin ang balat sa dulo ng ari ng mga batang lalaki.

Mga Ngipin at mga gilagid

Punasan ang mga gilagid araw-araw gamit ang isang mamasa-masang, malinis na tela. Sa oras na lumabas ang kanyang unang ngipin, gamitin ang isang malambot na sipilyo ng ngipin at isang damping fluoride toothpaste na kasing laki ng butil ng bigas sa umaga at sa oras ng pagtulog.

Kurdon ng pusod

Panatilihing tuyo ang lugar. Pagkatapos ng pagpapaligo at mga pagpapalit ng lampin, punasan ng isang mamasa-masang pamahid na bulak o bimp o at tuyuing mabuti. Kapag sinusuotan ng lampin, tiklupin itong pababa upang ito ay nasa ibaba ng kurdon. Pagkatapos na mahulog ang kurdon (mga 5 hanggang 15 araw), linisin ang pusod ng mga ilang araw. Kung ang lugar sa paligid ng kurdon ay mainit-init, namumula o namamaga o mayroong mabahong amoy na paglabas o kung ang kurdon ay hindi natutuyo, tumawag sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan.

Mga Kuko

Panatilihing nagupit ang mga ito upang pigilan ang iyong sanggol mula sa pagkakamot ng kanyang sarili. Gupitin ang mga ito kapag siya ay natutulog o inaantok, upang ang kanyang mga kamay ay bukas at hindi gumagalaw, o pagkatapos maligo kapag ang kanyang mga kuko ay mas malambot. Gumamit ng mapurol na mga gunting o isang nail file. Sa mga daliri sa paa, gupitin o i-file ng tuwid upang hindi siya magkaroon ng mga tumutubong kuko papasok.

Pinakamahusay na Pagkakataon ng Sanggol