

# العناية بالطفل الملابس



هل تتساءلين عن عدد الملابس أو البطانيات التي يحتاجها طفلك؟ في معظم الحالات، ألبسه كما ترتدين. ثم راقبيه تحسبًا لظهور أي علامات تدل على أنه غير مرتاح.

إذا كان يشعر بالحر الشديد، فقد يبدو عليه النعاس، أو يعرق أو يُصاب بالطفح جلدي. إذا كان يشعر بالبرد الشديد، فمن المحتمل أن يظهر عليه الضيق.

تذكرى أن الأطفال يفقدون الكثير من الحرارة من رؤوسهم. في الطقس البارد، غطي رأسه بقبعة. وفي الطقس الدافئ، استخدمي قبعة بحافة عريضة لتُبعد عنه أشعة الشمس. ولن يحتاج إلى قبعة عندما تكونان داخل المنزل.

## المخاطر



تعرض طفلك للحرارة الزائدة يجعله أكثر عرضة لخطر موت الرضع المفاجئ المرتبط بالنوم (راجعى النوم).

## هل تعلمين



برودة اليدين والقدمين لا تعني بالضرورة أن طفلك يشعر بالبرد. تحققى من ذراعيه وفخذيته بدلاً من ذلك. إذا كنت تتساءلين عما إذا كان يشعر بالحر الشديد، فتحققى مما إذا كان خلف رقبته متعرقًا.