

مرحباً بك في نشاط مجموعة الوالدين
في غضون الرعاية الصحية للأطفال



Region Halland

الطفل والحياة اليومية



الطفل الماهر

- يمسك الأشياء بيديه
- يفحص كل شيء بفمه
- يمكنه التدرج من الظهر إلى البطن
- يمكنه الجلوس بمفرده
- يبحث عن الأشياء المفقودة
- يمكنه نقل الأشياء من يد إلى أخرى
- لا تتردد في لعب لعبة الاختباء "titt-ut" مع الطفل



الغذاء والتغذية

الأسئلة المتعلقة بالغذاء

- يستغرق التعود على النكهات الجديدة أوقات مختلفة من طفل لآخر تحلى بالصبر وجرب مرارًا وتكرارًا
- دع طفلك يتذوق العديد من النكهات المختلفة
- يمكنك إعطاء لطفلك العصيدة أو الثريد، ولكن لا تعطيه الاثنين في الوجبة نفسها
- يمكن تقديم المشروبات في كوب الأطفال المانع للانسكاب، لا حاجة لاستخدام زجاجة الرضاعة
- لا تنسى إعطاء فيتامين (د)



إدخال الغلوتين

- أدخل الغلوتين ببطء، لا قبل 4 أشهر من العمر
- الغلوتين هو بروتين موجود في القمح والجاودار والذرة. الثريد ورقائق الساندويتش هي أمثلة عن منتجات تحتوي على الغلوتين
- قدم العصيدة ببطء. لا تعط العصيدة أو الثريد أكثر من مرتين في اليوم



صحة الفم والأسنان

صحة الفم والأسنان

يبدأ العديد من الأطفال الآن في الحصول على أسنانهم. غالبًا ما يسيل لعاب معظم الأطفال خلال هذه الفترة.

من الأسهل أن تقوم بتنظيف أسنان الطفل بالفرشاة عندما يكون الطفل مستلقيًا على طاولة التغيير أو نصف مستلقٍ ورأسه في ثنية ذراعك أو في حضنك. هذه هي أفضل طريقة لرؤية أسنان الطفل.

ضع طبقة رقيقة من معجون الأسنان بالفلورايد على فرشاة الأسنان.



التطور اللغوي

اللغة

- تحدث إلى الطفل
- غني مع الطفل
- اقرأ واطلع على الكتب وتحدث إلى الطفل



عندما تصبح والداً

كيف تسير الأمور في المنزل؟

- من يوجد في المنزل مع الطفل؟
- من يفعل ماذا في المنزل؟
- هل تتخذان القرارات معاً؟
- هل تنويان مشاركة إجازة الوالدين؟



كيف ترعى العلاقة الزوجية؟

- كيف هي حالتكما بصفتكما زوجان؟
- ممن تحصل على أفضل دعم؟



معلومات ونصائح أخرى

التطعيمات أثناء السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل

عمر الطفل	6-8 أسابيع	3 أشهر	5 أشهر	12 شهراً	18 شهراً	5 سنوات
الفيروس العجلي	الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3			
الديفتيريا		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
الكزاز		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
السعال الديكي		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
شلل الأطفال		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
المستدمية النزلية من النوع ب		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		
المكورات الرئوية		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		
الحصبة					الجرعة 1	
النكاف					الجرعة 1	
الحصبة الألمانية					الجرعة 1	

نصائح حول الرعاية على مدار الساعة

- يمكنك الاطلاع على الموقع الإلكتروني se/Halland.1177 لمعرفة المزيد حول الأمراض والعلاجات. يمكنك أيضًا العثور على مراكز الرعاية الصحية واستخدام الخدمات الإلكترونية للاتصال بنظام الرعاية الصحية
- 1177 هو أيضًا رقم هاتف يمكنك الاتصال به للحصول على المشورة الطبية، وهو متاح دائمًا، على مدار 24 ساعة في اليوم، على مدار السنة





من إنتاج المكتب الإقليمي للرعاية الصحية الاستراتيجية للأطفال 2023

جيرد ألكويست تانغن، خبير استراتيجي في صحة الطفل
المكتب الإقليمي، gerd.almquist-tangen@regionhalland.se