



1/9/2012

مدارس الإيمان

أيتها الأم: نظافة طفلك أمانة في عنقك....

النظافة الشخصية للطفل أمر جدير بالاهتمام به منذ الولادة، ومع مرور الوقت وتقدم عمر الطفل يمكنك أن تبدئي في تعليمه كيف يهتم هو بنفسه وبنظافته الشخصية وهذا بمساعدتك ومتابعتك وتوجيهك .

اعلمي أنك إذا علمت طفلك منذ الصغر كيفية الاعتناء بنظافته الشخصية فإنه سيكبر وتكبر معه تلك العادة الجيدة والمهمة والأساسية. فالإغتسال والاستحمام دائماً أمران مهمان يساعدان على التخلص من البكتيريا والجراثيم التي قد تسبب العدوى والأمراض للطفل . واعلمي أنه إذا كان طفلك معتاداً على اللعب بالخارج كثيراً فإنه سيتعرض للكثير من الجروح يمكنها أن تتلوث إذا لم يتم تنظيفها. وتتضمن معالم حفاظ الطفل على نظافته الشخصية أن يحافظ على أظافره مقلمة حتى لا تتراكم الأوساخ تحت أظافره. من اللطف أن يتعلم الطفل أيضاً ألا يعطس في وجه الآخرين إلى جانب أنه يجب عليه أيضاً أن يتعلم ألا ينشر الجراثيم للآخرين وأن يتخلص من المناديل التي يستخدمها بشكل مناسب ويرمي القمامة في مكانها المناسب.

تذكري أن تنمّي عند طفلك عادة غسل اليدين باستمرار، لأن الطفل يكون معرضاً للإصابة بنزلات البرد والانفلونزا، وعلى الأهل أن يقوموا بتنظيف ألعاب أطفالهم دائماً، أما الأطفال فعليهم أن يتعلموا غسل أيديهم قبل تناول الطعام وبعد الخروج من الحمام وأن يبدأوا غسل أيديهم بالمياه وبعد ذلك استخدام الصابون. و عندما يبدأ الطفل في غسل يديه بالصابون فيجب عليه أن يقوم بفرك يديه مع بعضهما بعض جيداً مع غسل ما بين الأصابع وحول الأظافر جيداً.

اعلمي أن غسل شعر طفلك (بالشامبو) سيساعد على إزالة الزيوت والأوساخ وخلايا الجلد الجافة. وإذا كان طفلك يقضي كثيراً من الوقت بالخارج ويتعرق كثيراً فإنه سيحتاج لغسل شعره (بالشامبو) عدد مرات أكثر.

و أخيراً نذكر بأنه على الطفل أن يغسل أسنانه بالفرشاة لمدة ثلاث دقائق بعد كل وجبة أو على الأقل مرتين في اليوم بعد الإفطار وقبل الذهاب للنوم.

