

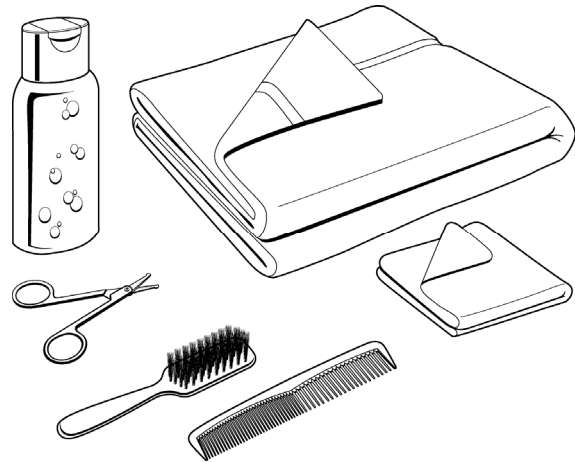
# How to Bathe Your Newborn Baby

You will not need to bathe your baby every day. A bath of the whole body can be given 3-4 times a week. On the other days, wash the hands, feet and diaper area with soap and water. Wash the face with water only. Special care is needed until the umbilical cord area and circumcised penis have healed:

- Do not give your baby a tub bath until the umbilical cord falls off and the area is healed. The cord falls off in 10 to 14 days. Until this happens, give your baby a sponge bath.
- If your baby boy has been circumcised, **do not** give him a tub bath until the circumcision heals. Gently clean the penis with warm water each day.

## Supplies

- A soft wash cloth
- A bottle of baby wash
- Towels
- A container filled with water if you are not near a sink
- A diaper
- Clothes
- A blanket
- A comb or hair brush
- Manicure scissors or clippers



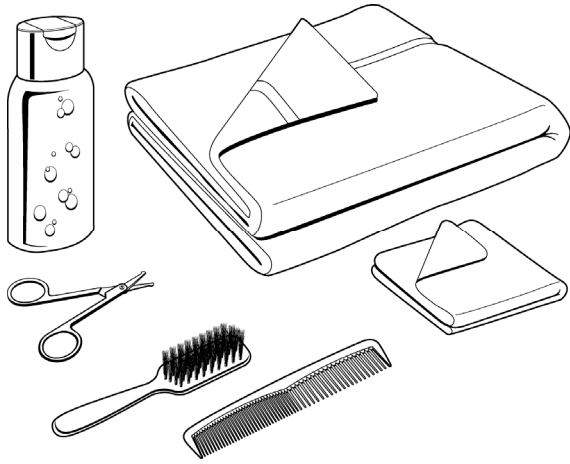
## Safety Tips

- The temperature of the water should be 100 degrees F or 37 degrees C to prevent chilling or burning. If you do not have a bath thermometer, use your wrist to test the water. It should feel warm, **not** hot.
- The room should be free of drafts, such as open windows or fans.

# كيفية غسل طفلك حديث الولادة

لست بحاجة لغسل طفلك يوميًا. يمكن غسل الجسم كله من ثلاث إلى أربع مرات أسبوعيًا. أما في باقي الأيام، فاغسلي اليدين والقدمين ومنطقة الحفاض بالماء والصابون. اغسلي الوجه بالماء فقط. ويلزم اتباع عناية خاصة بالطفل حتى شفاء منطقة الحبل السري والقضيب المختون:

- تجنبي غسل الطفل في البانيو قبل سقوط الحبل السري وشفاء تلك المنطقة، حيث يسقط الحبل السري خلال مدة تتراوح من 10 إلى 14 يومًا. وحتى يحدث ذلك، اغسلي طفلك بالإسفنجة.
- إذا كان الطفل ذكر وتم ختنه، فتجنبي غسله في البانيو قبل شفاء موضع الختان. نظفي القضيب برفق بالماء الدافئ يوميًا.



## الأدوات المستخدمة

- قطعة قماش ناعمة
- زجاجة غسل للطفل
- مناشف
- وعاء مملوء بالماء إذا لم تكوني بالقرب من الحوض
- حفاض
- ملابس
- بطانية
- مشط أو فرشاة شعر
- مقص لتقليم الأظافر أو مقلمة أظافر

## إرشادات الأمان

- ينبغي أن تكون درجة حرارة المياه 100 درجة فهرنهايت أو 37 درجة مئوية لمنع الارتجاج أو حدوث الحروق. وإذا لم يكن لديك مقياس لدرجة حرارة مياه الاستحمام، فاستخدمي الرسغ لاختبار المياه. ينبغي أن تكون المياه دافئة وليست **ساخنة**.
- ينبغي أن تكون الغرفة خالية من التيارات الهوائية، مثل تلك الناتجة عن النوافذ المفتوحة أو المراوح.

- **Never leave your baby alone**, even for a second. If the telephone rings or someone knocks on the door ignore it and finish the bath. Accidents can occur quickly.
- Always support the baby's head during the bath. Keep a firm hold on your baby. A soapy baby can be very slippery.

## How to Bathe Your Baby

You can use a sink basin or infant tub. It is best to bathe your baby before a feeding.

- Arrange all of your supplies within easy reach.
- Wash your hands.
- Fill the basin or infant tub with warm water.
- Test the water for the correct temperature.
- Undress your baby and place him or her in the basin of water or on the folded towel if a sponge bath is being given.
- Use only water and a clean washcloth to clean the area around the eyes. Begin with the inside of the eye and wash toward the ear. Use a clean part of the washcloth and wash the other eye.
- Wash your baby's face with water only.
- Use your little finger tucked inside a wet washcloth to clean the ears. Never use Q-tips inside your baby's ear.
- To wash your baby's hair, tilt the head back while supporting the head and neck. Wet your baby's head with water. Add some baby wash to a damp washcloth and work up a lather. Apply the lather to your baby's head. Gently rub the lather over the head from front to back to keep suds out of the eyes. Rinse the head with clean water and pat dry with a towel.



- تجنبني ترك الطفل بمفرده، ولو لثانية. وإذا رن جرس الهاتف أو طرق أحد على الباب، فتجاهلي ذلك وأنهى غسل الطفل. يمكن أن تقع الحوادث بسرعة.
- احرصي على أن تسندي رأس الطفل أثناء الاستحمام. أمسكي بالطفل جيدًا، حيث إن الطفل المغطى برغوة الصابون قد ينزلق بسرعة.

### كيفية غسل الطفل

يمكنك استخدام حوض الاستحمام أو البانيو الخاص بالطفل. ويفضل غسل الطفل قبل إرضاعه.



- ضعي جميع الأدوات في متناول يدك.
- اغسلي يديك.
- املئي الحوض أو بانيو الطفل بالماء الدافئ.
- اختبري درجة حرارة الماء حتى تصلي إلى الدرجة المناسبة.
- اخلعي ملابس الطفل وضعيه في حوض الماء أو على فوطة مطوية إذا كنت تغسله بالإسفنجة.
- استخدمي الماء وقطعة قماش نظيفة فقط لتنظيف المنطقة المحيطة بالعينين. احرصي على البدء بالجانب الداخلي للعين والغسل باتجاه الأذن. استخدمي جزءاً نظيفاً من قطعة القماش واغسلي الجانب الآخر من العين الثانية.
- اغسلي وجه الطفل بالماء فقط.
- استخدمي إصبعك الصغير ملفوفاً داخل قطعة قماش رطبة لتنظيف الأذن. تجنبني مطلقاً وضع العيدان القطنية داخل أذن الطفل.
- لغسل شعر الطفل، أميلي الرأس للخلف مع سند الرأس والرقبة، ثم قومي بوضع الماء على رأس الطفل. ضعي بعضاً من غسول الطفل على قطعة قماش مبللة ورغي الصابون، ثم انشري الصابون على رأس الطفل، ثم دلكي الصابون على رأس الطفل برفق من الأمام للخلف حتى تبعدي رغوة الصابون عن العينين، ثم اغسلي رأس الطفل بالماء النظيف ثم نشفيه بالفوطة برفق.

- To wash the baby's body, work up lather with the washcloth. Start with your baby's neck and wash the back, stomach, arms, and fingers. Rinse the washcloth, then rinse the area just washed with water. Repeat the rinsing and lathering of the washcloth and clean the legs and feet.
- Clean your baby's diaper area last. Clean this area beginning with the front, and then move towards the buttocks.
  - For girls, clean the genitalia from front to back. This avoids getting stool into the opening leading to the bladder, which may cause an infection.
  - For boys, gently wash the penis with baby wash and water.
- Rinse and dry your baby with a clean soft towel.



### **After the Bath**

- Dry your baby well.
- Dress your baby.
- Comb or brush your baby's hair.
- Clean your baby's fingernails and toenails with a washcloth. Use baby clippers to clip the nails. Trim nails at least once a week. Keep your baby's nails short, so the skin will not get scratched.

**Talk to your baby's doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

● لغسل جسم الطفل، رغي الصابون على قطعة القماش، ثم ابدأي بالرقبة ثم الظهر والبطن والذراعين والأصابع. اشطفي قطعة القماش، ثم اشطفي المنطقة التي تم غسلها بالماء. كرري الشطف وترغية الصابون على قطعة القماش واغسلي الساقين والقدمين.

● نظفي منطقة حفاض الطفل في النهاية. نظفي هذه المنطقة بداية من الجانب الأمامي ثم تحركي ناحية الأرداف.

— بالنسبة للإناث، نظفي العضو التناسلي من الأمام إلى الخلف، حيث إن هذا يساعد على تجنب دخول البراز في الفتحة المؤدية للمثانة، مما قد يتسبب في حدوث تلوث.

— بالنسبة للذكور، اغسلي القضيب برفق بالغسول والماء.

● اشطفي الطفل وجففيه بمنشفة ناعمة نظيفة.



### بعد الغسل

- جففي الطفل جيداً.
- ألبسي الطفل ملابسه.
- قومي بتصفيف شعر الطفل.
- قومي بتنظيف أظافر اليدين والقدمين بقطعة قماش. استخدمتي مقلمة أظافر الطفل لتقليم الأظافر. قلّمي الأظافر مرة واحدة أسبوعياً على الأقل. احرصي على أن تظل أظافر الطفل قصيرة حتى لا يُخدش الجلد.

تحدثي إلى طبيب الطفل أو الممرضة إذا كان لديك أية أسئلة أو مخاوف.