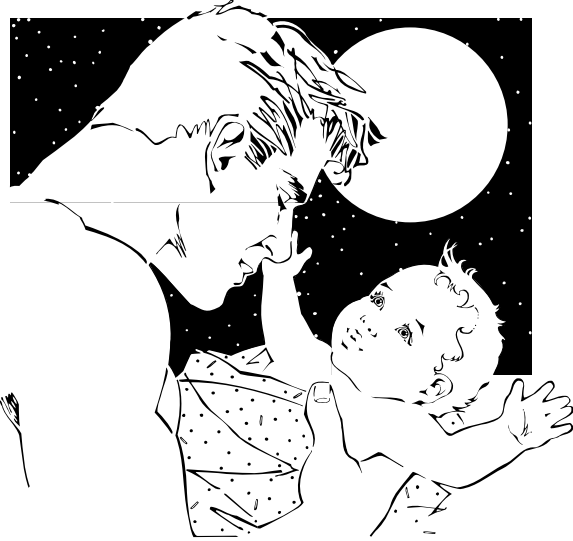


العمر من 4 إلى 5 أشهر

طفلك الذي
ينمو

ملف العائلة



التعليم:

المواليد في هذا السن عادة ما:

- يضحكون بصوت عالي ويصيحون و يكررون الأصوات. سيتعلمون عندما تغني، تتكلم، تلمس وتلعب معهم. حاول إستخدام الألعاب الملونة.
- يبدأون في الجلوس باستخدام دعامة والتقلب من ناحية لأخرى.
- يحبون أن يلعبون على بطانية على الارض. سيدفعون صدورهم لأعلى باستخدام ذراعهم.
- إحترس من الأشياء القريبة، بما فيها الأقرط و الشعر.
- تذكر أن كل تصرف يعني شيئاً. اسألي نفسك، ” ماذا يحاول طفلي أم يقول لي؟“ هذا سوف يساعدك على تحديد طريقة الاستجابة وبطرق حساسة.

الأطفال ينمون و يتغيرون ويتعلمون بطرق مختلفة. هذه بعض النصائح التي تساعدك على الاستمتاع والمحافظة على صحة وسلامة طفلك الجديد.

إتصل بعيادتك الطبية أو ممرض الصحة العامة أو المدرسة الخاصة بالمنطقة التي تعيش فيها إذا كانت لديك أية أسئلة أو أية إهتمامات بخصوص طفلك.

الصحة:

الشهية تختلف حسب النمو والنشاط ، في هذا السن يحتاج الأطفال إلى:



- يحتاجون Child and Teen Checkups (الفحوصات الطبية للطفل والمراهق) في عمر 4 أشهر. الفحص الطبي المنتظم ضروري.
- من الممكن رضاعة المولود 5-7 مرات أو - 20-32 ounces من اللبن الجاف يوميا. (مازال هو المصدر الرئيسي في الغذاء).
- يمكن بدء إعطاء أطعمة تحتاج إلى المضغ ما بين 4-6 شهور. إسأل عيادتك الطبية قبل أن تبدأ. لا داعي للاستعجال.
- يمكنهم أن يناموا 8-12 ساعات في الليل ويأخذون قيلولة 2-3 مرات في النهار.
- يستطيع أن يتعلم أن ينام بنفسه. ضع الأطفال في السرير الخاص بهم عندما يغالبهم الشعور بالنوم.
- ضع المولود لينام على ظهره مع رفع جوانب السرير. لا يجب أن ينام المولود على سطح ناعم بدرجة زائدة (سرير مائي، أريكة و وسادة).

الأمان:

- لا تشرب أو تأكل أو تحمل أي شئ ساخن أثناء حملك مولودك.
- إحمل مولودك دائما عند إطعامه. لاتعلق زجاجة الرضاعة.
- لاتدق زجاجة رضاعة المولود أبدا باستخدام الميكروويف.
- حافظ على الشنط البلاستيكية، دبابيس الأمان، الأشياء الصغيرة بعيدا عن مولودك.
- إستخدم كواشف الدخان وإختبرها مرتين في السنة (مثل تغيير الوقت مرتين كل عام).
- لا تستخدم معدات تعليم المشي للأطفال. إستعض عنه بالكروسي الهزاز أو المتأرجح.
- إجعل بيتك آمن للطفل. إسأل عيادتك الطبية عن قائمة للامان في البيت.
- دائما إستخدم مقعد السيارة الموافق عليه، أمّن المقعد بطريقة صحيحة في المقعد الخلفي.
- إحتفظ بحرارة مائك الساخن تحت 120 درجة فهرنهايت. إختبر درجة حرارة الماء بساعدك قبل تحميم مولودك.
- لاتجعل أحدا يدخل حول مولودك.
- لا تربط أي هدايه حول رقبة مولودك أو في ملابسه.
- يمكن للمولود أن يغرق في كمية ماء قليلة. لا تترك مولودك أبدا وحده في الحمام.
- ضع سرير المولود بعيدا عن النواقد، الكوابل و الستائر.
- لاتدع طفلك يسقط. دائما ضع إحدى يديك على المولود عند وجوده في مكان عالي مثل: مكان تغيير الحفاضة أو على الاربكة أو الرف.



يمكن الحصول على هذه المعلومات بأشكال مختلفة للأشخاص المعاقين وذلك هاتفياً على الرقم 431-2629 (651) (صوت) أو على الرقم المجاني 657-3756 (800).

مستخدموا TTY/TDD يمكنهم الإتصال ب Minnesota Relay على الرقم 711 أو 627-3529 (800) لخدمة التفسير و المساعدة الكلامية ، إتصل على الرقم 627-3848 (877).

Minnesota Poison Information

معلومات عن التسمم بولاية مينيسوتا

1-800-222-1222

Minnesota Immunization Hotline

خط تليفون خاص بالتطعيمات بولاية مينيسوتا

1-800-657-3970

Home Safety Checklist

قائمة أمان المنزل

(651) 281-9857