

آلودو فرسوده اهالی مشرق طراوتی بخشند.

برلین ۱۰ فوریه ۱۹۲۴

۱. فرهاد — محصل دار الفنون برلین

تعلیم و تربیت

پرستاری بچه‌های نوزاد

چون در ایران از طرز مواظبت اطفال آگاه نبوده و قابله‌گی را بلد نیستند لهذا از سوء پرستاری، بسیاری از بچه‌های نوزاد تلف میشوند.

چنانکه بر همه معلوم است در مملکت ما چندان به تمیزی طفل و البسه و لوازم و اطاق او مراعات نمیشود و بگرمی یا سردی اطاق چندان اهمیت نداده بعضی اوقات بسیار گرم و گاهی زیاد از حد سرد می‌نمایند، بدینجهت بچه دچار ناخوشی‌های خطرناک میگردد. حتی اطفال تازه زاد را در زمستان در هوای آزاد شست شو می‌دهند و بیچارگان گمان می‌کنند این رعایت نظافت و پاکیزگی، ولی غافل از آنکه از تأثیر سر ما صحت طفل دستخوش نادانی مادرها و قابله‌ها میگردد، این بنده برای خدمت به مادران و نوزادهای ایران، مطالب ذیل را از یک کتاب که برای پرستاری نوزادها بزبان آلمانی نوشته شده ترجمه میکنم:

۱- پرستاری طفل در روزهای اول زندگانی

برای احتیاط خوبست مادر جوان مخصوصاً آنهایکه دفعه اول وضع حملشان است به مریضخانه مخصوص زنان حامله بروند، زیرا در آنجا طبیب‌های با تجربه بوده و هر قسم لوازم پیدا میشود که خوشبختی ساعت‌های سخت را فراهم بیاورد.

در ایران ما که این قبیل مریضخانه‌های مخصوص نیست اقلان باید مادران را تنها بدست قابله‌های نادان نا تمیز سپرده بمشورت طبیسهای حاذق مراجعت کنند.

در چهارده روز اول، بعد از تولد بچه که خطرناک ترین روزهای زندگانی اومی باشد، طالع وی بدست قابله‌ها سپرده میشود. در اینمدت تهلکه‌هایی که به بچه رخ میدهد می‌تواند علت‌های زیاد داشته باشد. وسیله مهم که بتواند ازین مخاطرات پیشگیری کند تغذیه مرتب نوزاد است. بی ترتیبی خوراک بچه در هفته‌های نخستین باعث ناخوشی‌های سخت شده غالباً دچار مرگ می‌سازد. همچنین در این روزها بچه دچار بعضی ناخوشیها خواه بواسطه روده‌ها و خواه بواسطه ناف که برای شیر خواره خیلی با خطر است میگردد.

علت عمده خطر زندگانی شیر خواره از این جاست که باید اول به دنیای خارجی عادت بکند. در اوقاتیکه طفل در شکم مادر بوده، از محیطی با حرارت منظم و یکسان (تقریباً ۳۸ درجه) احاطه شده و بواسطه خون مادری تغذیه میشد ولی حالا بعد از تولد، راه قبول غذای او عوض شده کار روده‌ها شروع میشود و ریه‌ها به عملیات خود توسعه میدهند؛ کم‌کم طفل احتیاجات

لازمه را رفع میکند. ازینرو در اینوقت اعضای کازکن او خیلی بی مقاومت می باشد، پس باید طفل را در این روزها از مخاطرات خارجی با اهتمام کامل حفظ و نگهداری نمود. برای نگاهداری شیر خواره از تهلکه‌ها و ناخوشی‌های خطرناک باید دو چیز مهم را مراعات نمود:

اول غذای طبیعی دویم تمیزی در مواظبت بچه

کسانیکه مجبورند در پرستارخانه‌های خودشان معدودی اطفال را بواسطه اغذیه غیر طبیعی (بتوسط شیرگاو و غیره) تغذیه بکنند باید از ابتدا ناخوشی و مرگ پاره آنها را در پیش چشم بگیرند، ولی اکنون زنان امروزی اروپا حتی آنهاییکه تا وقت وضع حمل مجبور بکار کردن هستند در سایه ترقیات فن قابله گی و طبابت، مقدر بدادن غذا از پستان خودشان که غذای طبیعی است، میباشند.

امروز باید بدون چون و چرا گفت نه فقط طیب‌های اطفال بلکه قابله‌ها هم موظف هستند تغذیه طبیعی را برای بچه‌ها عمومیت بدهند.

به اطفالی که غذای طبیعی داده میشود باید به تمیزی آنها یک اهمیت فوق العاده داد؛ چیزهایی که با بچه در تماس هستند باید در تمام تمیزی باشند خواه دستهای مادر و قابله خواه جامه‌های نوزاد و ظروف لازمه و غیره و گرنه در موقع ناپاکی ممکن است نوزاد دچار ناخوشیهائی گردد که علاج نا پذیر و خلاص دادن غیر ممکن باشد. پس باید طفل البسه کافی و اشیاء لازمه دیگر بقدر لزوم در نهایت پاکی و پاکیزگی داشته باشد.

هم چنین وجود يك قابله با تجربه، که سالها در این رشته کار کرده و از ناخوشی های بچه خبر دار و از چگونگی آن آگاه است خالی از اهمیت نیست و نیز باید در وقت لزوم به طیب مخصوص اطفال بدون تأمل رجوع کرد و بحرف پیره زنان و بندگیان و جنداران گوش نداد.

۲ — اطاق بچه

برای نوزاد نباید اطاقی را که در گوشه خانه خالی و بی مصرف می باشد اختیار کرد، بلکه باید در درجه اول اطاقی را که منظره اش بطرف آفتاب است برگزید.

چنانکه تمام حیوانات و نباتات برای نمو و تکامل، آفتاب لازم دارد همان طور طفل هم برای ادامه حیات خود آفتاب لازم دارد، زیرا اشعه آفتاب دشمن بعضی ناخوشی های مهلك می باشد. پنجره های اطاق طفل باید بقدر کافی بزرگ باشد، تا اینکه اشعه آفتاب بخوبی بتوی اطاق بتابد هم چنین بتوان در موقع باز نمودن هوازا باسانی تازه نمود. آویختن پرده های ضخیم به پنجره های اطاق طفل بی فائده بوده بفر از اینکه جلو اشعه آفتاب و روشنائی را بگیرد مصرفی ندارد. برای روشنائی چراغ الکتریک از همه روشنائی ها نافع می باشد، چراغ های نفت را هم میتوان مصرف نمود، ولی باید ملتفت شد که اینها دوده و بوی مخصوص از خود پراکنده سازند.

از اطاق های کوچک برای اطفال باید چشم پوشیده اطاق بزرگی را که به آسانی بتوان تجدید هوا نمود اختیار کرد زیرا بتوسط بچه هوای اطاق زودتر خراب میشود. هوای بد و غذای

تا مساعد بزودی باعث ناخوشی های اطفال میگردند.
 اطاق طفل باید در زمستان بخوبی گرم شده باشد، درجه حرارت در اطاق طفل تازه زاد از ۱۵ تا ۱۶ و در طفل بزرگتر از ۱۴ تا ۱۵ بشود. میتوان، حتی در زمستان يك گوشه پنجره اطاق طفل را باز گذاشت، ولی نباید بواسطه باز بودن پنجره گرمی هوای اطاق تنزل بنماید، بلکه باید به اندازه لزوم بخاری را گرم نگاه داشت تا درجه حرارت تغییر نیابد.

همچنین باید در تابستان به حرارت یکسان هوای اطاق اهمیت داد. اگر آفتاب خیلی گرم می تابد؛ باید در اطاق دیگر را باز نمود. گرمی زیاده از حد و هم چنین سردی زیاده از درجه مضرند.

از همه مهتر باید اطاق شیر خواره در نهایت تمیزی نگاه داشته شود و گرد و غبار را بتوسط دشمال پاک و تمیز نمود نه اینکه مانند ایران با جاروب و امثال آن عوض برداشتن گرد و غبار آنرا دو باره در هوا پراکنده ساخت و از اولی هم بدتر نمود بلکه چنانکه ذکر شد گرد و غبار را بتوسط پارچه ای باید آهسته تمیز کرد زیرا گرد و غبار اغلب تخم ناخوشی هارا بر میدارند و با تنفس داخل بدن بچه میکنند. و خوب است موبل های اطاق ساده بوده. و با رنگ روغنی رنگ شده باشند و نباید دیوار و زمین اطاق با فرش یا پارچه پوشیده باشد زیرا اینطور چیزها همواره گرد و غبار را در خود نگاه داشته و تمیز کردن آنها سخت میباشد. پس باید هر روزی اطاق را با اهتمام کامل تمیز نمود. مهمترین چیز اطاق طفل رختخواب اوست که در آن، اکثر اوقات زندگانی تازه خود را بسر می برد. مادر باید بچه را

در رختخواب کوچکش گذاشته و برختخواب خود بر ندارد؛ زیرا در نزد مادر برای بچه خیلی گرم می باشد مخصوصاً وقتی که مادر بخواب میرود ممکن است به بچه فشار وارد آمده، اسباب نا راحتی و گاهی هم خفه شدن وی فرا هم بیاید. رختخواب بچه باید خیلی با مواظبت درست شده باشد؛ مهم تر از همه باید چنان گذاشته شود که از هر چهار طرف آزاد باشد خواه برای عبور و خواه برای احاطه هوا که برای خود طفل و رفع بوی اذزار لازم است. خیلی خوب است اگر مکرر هر قسمت رختخواب بچه را شست شو کرده و در نوبی آب بجوشانند تا بوی مزبور رفع شود.

و اگر تهیه تخت خواب برای بچه غیر ممکن باشد میتوان سبدی را که بشکل گهواره باشد بجای آن بکار برد. تخت خواب بچه باید بقدر امکان ساده و خالی از سیم‌های بافته شده که گاهی در بعضی رختخواب ها دیده میشود باشد؛ زیرا اولاً این سیم‌های بافته شده گرد و غبار را در خود نگاه میدارند و دیگر اینکه بعضاً باعث زخم‌دار شدن اعضای طفل میگرددند.

دوشك طفل را نباید از پرمروغ یا پشم گوسفند پر کرد بلکه از تراشه‌های پشم مانند‌ی که از علف و چوبها درست می کنند و معروف به پشم چوب است پر کرد (این همان خود چوب است مگر اینکه بتوسط اسبابهای مخصوص خیلی نازك مانند تار پشم تراشیده و نوبی صندوقهای بلور آلات و غیره را با آنها پر میکنند) و هم چنین باید بالش بچه را از این پشم پر کرد و بزرگی بالش میتواند از ۳۰-۴۰ سانتیمتر باشد. برای پوشاك (لجاف) طفل، باید پوشاك پشمی را که قابل شست شو باشد بکار برد و بزرگی آن