

پرواز کن ولی نه چنان دور ز آشیان
 منمای فکر و آرزوی جاهلانه‌ای
 ای نور دیده از همه آفاق خوشتر است
 آرامگاه لانه و خواب شبانه‌ای
 بین بر سر که چرخ و زمین جنگ می کند
 غیر از تو هیچ نیست تو اندر میانه‌ای
 هر کس که توسنی کند اورا کنند رام
 در دست روزگار بود نازیانه‌ای
 بسیار کس ز پای در آورد اسب آز
 آنرا مگر نبود لکام و دهانه‌ای
 پروین

تعلیم و تربیت

پژوهشگاه علوم انسانی - مطالعات فرهنگی

ساختمان بدن و پرورش یافتن نوزاد

ترجمه از آلمانی

بطور عمومی وزن بچه نوزاد ۳۲۰۰ گرام میباشد. اگر دور سر و سینه طفل را اندازه بگیریم خواهیم دید که تقریباً یک اندازه میباشد، این اندازه تقریباً ۱۰ سانتیمتر از نصف درازی بدن بچه زیاد میشود. ولی وزن و اندازه‌ای که ذکر کردیم در بچه‌هایی درست می آید که ناخوش نبوده و قبل از وقت معین دنیا نیامده باشند و همچنین پدر و مادرشان تنه کوچک نداشته باشند.

میزان حرارت بدن نوزاد تقریباً ۳۷،۸ درجه می باشد که به زودی تنزل نموده به ۳۷ درجه میرسد و در سال اول زندگی تغییر نمی یابد.

پوست بدن طفل ابتدا بواسطه زیادی خون قرمز رنگ می باشد و بعد از چند روز مبدل برنگ طبیعی خود میگردد. همچنین جلد پوشیده از موهای باریکی می باشد که اغلب می افتند چنانچه مویهای اولی سر او هم از میان رفته موی تازه میروید.

در آنی که بچه روشنائی دنیا را می رود مشاهده بکند یعنی در حین بیرون آمدن از رحم مادر، دچار قلت هوا و صعوبت تنفس میگردد، بدن بچه ازین بابت سردتر شده به اذیت می افتد، درین موقع اعضای تنفس وی با قوت تمام کار میکنند، صدای نخستین طفل خبر میدهد که اکسیژن هوا را بواسطه ریه های خود جذب میکند، هر قدر عمیقتر نفس بکشد هماتقدر قویتر نمره میکشد.

نوزاد بواسطه ناف مربوط ببدن مادرش بوده و جریان خون آنها را بهمديگر وصل میکند، بعد از بریدن ناف، راه غذای طفل عوض میشود، درین موقع گرسنگی او را وادار میکند بحکم طبیعت بسینه مادرش حمله برده و غذای تازه یعنی شیر را با قوه تمام بمکد. بچه بعد از تولد اکثر ساعت های شبانه روز را می خوابد، وقتی از خواب بیدار میشود که گرسنگی یا ناراحتی بر او غلبه کرده باشد. هفته های زیاد نوزادها ۱۴ تا ۱۶ ساعت روز را بخواب می روند. وقتی که نوزاد می خوابد بدن خود را بطرزیکه در رحم مادر خود قرار گرفته بود بهم میکشد، این يك علامت طبیعی صحت بچه می باشد.

رنگ پریدگی و زردی طفل که در هفته اول می باشد بعد از

۸ روز رفع میشود و این مسئله هیچ بسته سلامتی بچه نمیباشد. در موقع نمایان شدن مختصر قرمزی در چشم بچه باید بزودی بطیب رجوع کرد.

چنانچه ذکر شد وزن بچه نوزاد ۳۲۰۰ گرام میباشد. پسران اغلب از دختران سنگینترند. در هفته‌های نخستین وزن بچه از ۱۰۰ تا ۲۰۰ گرام بواسطه بعضی علتها سبکتر شده بعد از ۱۰ تا ۱۴ روز دیگر دوباره بحالت طبیعی بر میگردد.

جدول مقایسه وزن بچه‌های نوزاد

وزن بچه در آخر هر ماه	ازدیاد هفتگی	ازدیاد روزانه
گرام	گرام	گرام
۴۰۰۰	—	—
۴۸۰۰	۲۰۰	۳۰
۵۵۰۰	۱۷۵	۲۵
۶۲۰۰	۱۷۵	۲۵
۶۸۰۰	۱۴۰	۲۳
۷۴۰۰	۱۲۵	۲۰
۷۹۰۰	۱۰۰	۱۷
۸۳۰۰	۱۰۰	۱۳
۸۷۰۰	۱۰۰	۱۳
۹۱۰۰	۱۰۰	۱۳
۹۵۰۰	۱۰۰	۱۳
۹۸۰۰	۷۵	۱۱

بطور کلی وزن اطفال سالم بعد از ۵ ماه دو مقابل، بعد از

يك سال سه مقابل، بعد از ۶ سال شش مقابل، بعد از ۱۳ تا ۱۴ سال ۱۲ مقابل وزن روز تولدشان میشود. ولی در میانه تغییر و تبدیل وزن رخ میدهد مخصوصاً در نصف آخری سال اول زندگانی، بدون اینکه طفل ناخوش باشد.

طفل نوزاد در اوایل تقریباً کر میباشد، بعد از مدتی از اثر موج صدا فوق‌العاده متأثر میگردد، در هر صورت بعد از دو ماه کم کم سر خود را بطرف صدا متوجه میسازد.

بچه نوزاد نخست فقط جیغ زدن میتواند که غالباً از ناراحتی سر میزند. در ماه دوم زندگانی اش مادر وی با لبخندهای وی خوش و دلشاد میشود، در اواخر سال اول زندگانی کم کم شروع بصدا کردن پدر و مادرش با لفظهای بابا، ماما، نه‌نه مینماید، و در آخر سال دوم زندگانی بتکلم زبان مادریش آشنا میشود.

* * *

درسهای مهم برای مادر جوان

چیزهای مهم را که مادر جوان در نخستین مرحله مادری باید آگاه باشد به ۱۵ جمله‌های مختصر مفید تقسیم میکنیم:

برای داشتن بچگان تندرست چه باید بکنم؟

چیزهای لازمی در سال اول زندگانی بچه کدامند؟

۱- پستانک (۱) و امثال اینرا به هیچ وجه بدهن نوزاد مده چه ممکن است بچه دچار مرض مخصوص که در دهان ظهور میکند بشود و باعث آزار طفل گردد و هم چنین دچار ناخوشی

(۱) مقصود ما از پستانک پارچه‌ایست که پاره از زنها محض اینکه بچه شان را آرام بکنند توی آن بعضی چیزهای شیرین و غیره مرچه باشد کرده و بدهان اطفالشان میدهند

معهده شده منتهی به اسهال میشود. خیلی از زنان اطفال خود را بواسطه همین چیزها و برای خاطر اینکه بچه مشغول باشد و گریه نکند ناخوش و بالاخره هلاک ساخته اند.

۲ — به بچه از پستان خودت شیر بده! — مگر اینکه در وقت ناممکنی یعنی اگر تا ۱۲ ساعت پس از تولد بچه هنوز شیر به پستان نیامده و یا خود نوزاد نمی خورد، در این موقع باید به طبیب رجوع کرد.

۳ — در بسیاری از نوزادها يك زردی در رنگ رخ میدهد که بعد از یک هفته بدون زیان خود بخود رفع میگردد و نباید تلاش کرده و دوائی داد.

۴ — نوزاد را هر روز شست شوکن، ولی نه بسیار گرم، مخصوصاً پیش از افتادن ناف، والا بچه دچار تشنج عضلات (چنگ شدن) میشود که غالباً منجر به مرگ میگردد.

۵ — مواظب شو تا قابله هر روز ناف را با احتیاط و تمیزی تمام به بندد.

۶ — مگذار بچه ات را کسی بیوسد، مخصوصاً از دهان یا چشمهایش، زیرا ناخوشیهای خطرناک خیلی زود سرايت میکنند مانند سل، سیفلیس، دیفتری (خناق) و مانند اینها. همچنین نباید قاشقی را که با آن به بچه غذا داده میشود بدهان خود برداری که مضر است.

۷ — طفل باید در هر ساعت از پستان مادرش تغذیه بشود، نه مکرراً همیشه بچه از گرسنگی جیغ نمیکشد و گریه نمیکند، بلکه گاهی هم از بسیاری خوراکش ناله میکند، یا اینکه پاهایش میچاید، بعضاً هم از رطوبت زیاد، و گاهی کیک آزارش میکند؛

پس در وقت نا راحتی یکی ازین علتهارا جستجو کن ، نه اینکه به محض صدا کردن غذایش بدهی ، والا بچه از زیادی خوراک بدردشکم دچار میشود.

۸- اگر به تغذیه بچه از پستان خودت قدرت نداری در اینصورت با شیر گاوسیرش کن ، ولی طرز استعمال شیر را از طیب پرس ، به هیچ وجه نان و امثال اینرا اگرچه در آب هم حل نموده باشد به بچه ات مده چه معده وی هنوز مقتدر به تحلیل اینطور چیزها نیست . بعد از ۷ ماه یواش یواش میتوان این قبیل چیزها را داد ولی باید مایع شود . تا وقتیکه بچه سال اول زندگانی اش را نه پیموده تخم مرغ ، نان خشک و سخاری و امثال اینها را برایش مده و آرزوی خوردنش هم مکن . تمام خوراکیها را باید نیم گرم در شیشه‌ای که در سرش يك لاستیک شبیه به سرپستان است بدهی گرمی یا سردی شیر را از همه بهتر میتوان با گذاشتن شیشه شیر به روی چشم امتحان نمود.

۹- از بیچیدن سخت بچه به قماشها و غیره (مانند قنناق در ایران) اهتر از نما ، چه وجود باید نفس بکشد و نمو کند ، در فصلهای گرم فقط با يك پارچه نازکی بچه را پوشانیدن کافست گاهی هم میتوان بدون پوشاک گذاشت . نه اینکه مانند اغلب مادران ایرانی ما از تنبلی و از ترس نا تمیز نمودن رختخواب بچه را نوی قنناق کرد .

۱۰- بچه را در رختخواب خودش گذاشته به رختخواب خود بر ندارد ، چه بسیاری از نوزادان به این واسطه خفه شده اند .
۱۱- نوزاد را باید در هوای آزاد گردش داد و معتاد کرد ، ولی در تا پستان ۱۰ روز و در زمستان ۱۴ روز بعد از

تولدش باید اینکار را کرده ابتدا هر روز نیم ساعت و بعد رفته رفته زیادت‌تر بگردش باید برد.

۱۲ — با نشستن و راه رفتن بچه کار نداشته باش یعنی او را آزاد گذار، این قبیل چیزها را محول به دست طبیعت کن.

۱۳ — اگر بچه تا ماه هفتم زندگانی اش دندان در نیارود، بزودی بطیب رجوع کن، علتش غالباً يك ناخوشی مخصوصی است که آنرا راشیسم میگویند. و باید بزودی معالجه شود والا ممکن است نتایج بد از خود باز گذارد.

۱۴ — وقتیکه بچه یواش یواش شروع به سریدن میکند، مواظب باش تا تراشه تخته و سوزن و غیره در روی زمین نباشد و آسیبی بدو نرساند.

۱۵ — از آمدن کربه و سگ به اطاق بچه مانع شو و نگذار بچه با آنها بازی کند، چه کربه و سگ مکر و بهای بعضی امراض مضر را دارند و خیلی زود سرایت میدهند.

برلین — م. باقر پیروز

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

پرتال جامع علوم انسانی

قسمت فنی

مربطه با ارواح

بقیه از شماره ۷

رای اشخاص بزرگ‌را که در این ماده کار کرده اند ذیلاً درج کرده و قبول وردش را بقارئین و اگذار میکنیم:

کنت دو کاسپارن حرکت اسباب و مخلفات را در مجالس