

مراقبت از کودک

(بدو تولد تا نوجوانی)

مؤلف: شراره جان نثاری



نشر اشراقیه

۱۳۸۶

سرشناسنامه:	جان نثاری، شراره
عنوان و نام پدیدآور:	مراقبت از کودک (بدو تولد تا نوجوانی) / مولف شراره جان نثاری.
مشخصات نشر:	تهران، اشراقیه، ۱۳۸۶
مشخصات ظاهری:	۲۳۸ ص
شابک:	۹۶۴۶۰۸۰۹۸۷
وضعیت فهرست نویسی:	فیا
یادداشت:	کتابنامه: ۲۳۷ - ۲۳۸
موضوع:	نوزاد - - پرستاری و مراقبت.
موضوع:	کودکان - - پرستاری و مراقبت.
موضوع:	کودکان - - تغذیه
موضوع:	کودکان - - رشد
رده بندی کنگره:	۴ م ۲ ج ۱ / RJ ۱۰۱
رده بندی دیویی:	۶۴۹ / ۱۲۲
شماره کتابشناسی ملی:	۱۱۳۴۳۶۳



انتشارات اشراقیه

مراقبت از کودک (بدو تولد تا نوجوانی)

مؤلف: شراره جان نثاری

صفحه آرائی: مهدی شکری

طراح جلد: مهناز پنجه شیر

چاپ و صحافی: سیدین

چاپ اول: پاییز ۱۳۸۶

شمارگان: ۲۰۰ نسخه

شابک: ۹۸۷ - ۶۰۸۰ - ۹۶۴ - ۹۷۸

قیمت: ۵۰/۰۰۰

کلیه حقوق برای انتشارات اشراقیه محفوظ است.

تلفن مراکز پخش: ۶۶۴۱۶۵۹۴ - ۶۶۴۰۹۸۰۹

پیشگفتار

سپاس بی کران خداوند سبحان را که توفیق تالیف این مجموعه را عنایت فرمود. در این کتاب سعی شده است تا با بهره گیری از آخرین اطلاعات علمی و منابع موجود در زمینه بهداشت کودک، گامی در جهت پیشبرد مسائل بهداشتی کودکان و ارتقاء سطح سلامت این قشر عظیم و آسیب پذیر جامعه برداشته شود. لازم می داند مراتب سپاس و قدردانی خود را از مساعدتها و عنایات همه جانبه مسئولین کتابخانه مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی امام حسین (ع) جناب آقای علیخانی و سرکار خانم جان نثاری ابراز داشته و آرزوی صحت و سلامت و توفیق روز افزون برای آن بزرگواران در ادامه خدمات ارزنده فرهنگی نمایم. همچنین از سرکار خانم مهناز پنجه شیر به لحاظ اعمال سلیقه و دقت نظر در طراحی جلد صمیمانه سپاسگزار می باشم.

شراره جان نثاری

تابستان ۱۳۸۶

پیشگفتار

سپاس بی کران خداوند سبحان را که توفیق تالیف این مجموعه را عنایت فرمود. در این کتاب سعی شده است تا با بهره گیری از آخرین اطلاعات علمی و منابع موجود در زمینه بهداشت کودک، گامی در جهت پیشبرد مسائل بهداشتی کودکان و ارتقاء سطح سلامت این قشر عظیم و آسیب پذیر جامعه برداشته شود. لازم می داند مراتب سپاس و قدردانی خود را از مساعدتها و عنایات همه جانبه مسئولین کتابخانه مرکزی پزشکی، آموزشی و درمانی امام حسین (ع) جناب آقای علیخانی و سرکار خانم جان نثاری ابراز داشته و آرزوی صحت و سلامت و توفیق روز افزون برای آن بزرگواران در ادامه خدمات ارزنده فرهنگی نمایم. همچنین از سرکار خانم مهناز پنجه شیر به لحاظ اعمال سلیقه و دقت نظر در طراحی جلد صمیمانه سپاسگزار می باشم.

شراره جان نثاری

تابستان ۱۳۸۶

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل اول: معاینات فیزیکی	
- معاینه نوزاد	۱۷
- رفلکس‌های دوران نوزادی و شیرخوارگی	۲۸
فصل دوم: مراقبت از نوزاد	
- نوزاد رسیده	۳۳
- نوزاد نارس	۳۸
فصل سوم: تغذیه کودک	
- تغذیه با شیر مادر	۴۵
- تغذیه مصنوعی شیرخوار	۷۴
- تغذیه تکمیلی	۷۹
- برنامه غذایی کودک در سال دوم	۸۶
- تغذیه کودکان پیش دبستانی	۸۹
- تغذیه سنین مدرسه	۹۳
- تغذیه دوران بلوغ	۹۵

فصل چهارم: رشد و نمو

- رشد و نمو طبیعی کودک ۱۰۱
- دوره‌های مختلف رشد ۱۰۲
- رشد در دوران قبل از تولد ۱۰۲
- رشد و تکامل در سنین ۱-۱۲ ماهگی ۱۰۳
- شاخص‌های اندازه گیری رشد و تکامل ۱۰۴
- رشد و تکامل سنین ۲-۵ سالگی ۱۲۵
- رشد و تکامل سنین ۶-۱۰ سالگی ۱۲۶
- رشد و تکامل سنین ۱۱-۱۴ سالگی ۱۲۸
- رشد و تکامل سنین ۱۵-۱۸ سالگی ۱۲۹

فصل پنجم: واکسیناسیون

- پیشگیری ۱۳۵
- واکسیناسیون ۱۳۷

فصل ششم: مراقبت از کودک

- رشد و تکامل دندانها ۱۴۷
- بهداشت دهان و دندان ۱۴۸
- حمام کردن کودک ۱۵۰
- لباس کودک ۱۵۱
- خواب و استراحت ۱۵۳
- کنترل عمل دفع ۱۵۵
- مراقبت از ناخن‌ها ۱۵۷
- مکیدن انگشت شست ۱۵۸

فصل هفتم: مراقبت از کودک در هنگام برخی ناراحتی‌های شایع

۱۶۳	- تب
۱۶۵	- اسهال
۱۶۸	- استفراغ
۱۷۰	- سندرم مرگ ناگهانی شیرخوار
۱۷۱	- گریپ
۱۷۳	- آسم
۱۷۵	- کالیک
۱۷۶	- مارک‌های تولد
۱۷۷	- برفک
۱۷۷	- درمانیت در ناحیه پوشک

فصل هشتم: معاینات دوره‌ای نوزاد و کودک

۱۸۱	برنامه مراقبت از کودک سالم
۱۸۲	معاینات دوره‌ای نوزاد و کودک
۱۸۲	- دهان
۱۸۳	- دندان
۱۸۴	- بینی
۱۸۵	- شنوایی
۱۸۶	- بینایی
۱۸۷	رشد طبیعی کودک

فصل نهم: پیشگیری از حوادث

۱۹۱	- سوختگی
۱۹۲	- برق گرفتگی

۱۹۲	- خفگی
۱۹۴	- سقوط از بلندی
۱۹۴	- غرق شدگی
۱۹۴	- مسمومیت
۱۹۵	- حوادث ناشی از وسایل نقلیه

فصل دهم: نقش بازی در سلامت جسمانی و روانی کودک

۱۹۹	- هدفهای بازی
۲۰۰	- مشخصات بازی
۲۰۱	- مراحل فعالیت و بازی
۲۰۴	- انتخاب وسایل بازی

فصل یازدهم: محیط

۲۰۹	- محیط
۲۱۰	- محیط روانی و اجتماعی
۲۱۰	- محیط خانواده
۲۱۵	- محیط مدرسه

فصل دوازدهم: بهداشت محیط کودک

۲۲۱	- محیط زندگی کودکان
۲۲۲	- محیط بازی کودکان

فصل سیزدهم: بهداشت دوران قبل از مدرسه

۲۲۷	- بهداشت دوران قبل از مدرسه
۲۲۸	- کودکان

فصل چهاردهم: بهداشت مدارس

۲۳۳		- بهداشت مدارس
۲۳۴		- اهداف بهداشت مدارس
۲۳۴		- اهمیت بهداشت مدارس
۲۳۵		- نقش پرستار بهداشت مدارس
۲۳۷		فهرست منابع