

بنام خدا

کلیدهای تربیت کودکان

آمادگی برای زایمان و مراقبت از نوزاد



نوشته: دکتر ویلیام سیرز

ترجمه: دکتر جواد میدانی

ISBN: 978-964-90074-0-2

شابک: 978-964-90074-0-2

۵		مقدمه ناشر
۷		پیشگفتار
۹	بهترین شیوه رفتاری (والدین) در پرورش نوزاد	فصل یکم
۱۴	انتخاب محل زایمان	فصل دوم
۱۸	کلاسهای آمادگی برای زایمان	فصل سوم
۲۲	ایجاد همبستگی با نوزاد قبل از تولد	فصل چهارم
۲۴	وظایف مادر قبل از تولد نوزاد	فصل پنجم
۲۸	تغذیه نوزاد با شیر مادر یا شیر خشک	فصل ششم
۳۰	تغذیه با شیر مادر به روش صحیح	فصل هفتم
۳۳	ایجاد دلبستگی با نوزاد	فصل هشتم
۳۹	هم اتاق شدن مادر با نوزاد	فصل نهم
۴۴	قیافه نوزاد	فصل دهم
۴۷	اعمال ناخود آگاه نوزاد	فصل یازدهم
۵۱	معاینات پزشکی و واکنشهای نوزاد	فصل دوازدهم
۵۵	تغییرات سریع در نوزاد	فصل سیزدهم
۶۱	زندگی در کنار نوزاد	فصل چهاردهم
۶۴	تغذیه نوزاد	فصل پانزدهم
۶۹	ختنه نوزاد	فصل شانزدهم
۷۱	نام گذاری نوزاد	فصل هفدهم

۷۴	قدرت بینایی نوزاد	فصل هجدهم
۷۸	قدرت شنوایی نوزاد	فصل نوزدهم
۸۲	گریه نوزاد	فصل بیستم
۸۴	آشنایی با روحیه و خلیقیات نوزاد	فصل بیست و یکم
۸۷	ترس از لوس شدن نوزاد	فصل بیست و دوم
۹۰	انتخاب وسیله برای حمل نوزاد	فصل بیست و سوم
۹۴	انتخاب تخت نوزاد	فصل بیست و چهارم
۹۶	سیسمونی و اتاق نوزاد	فصل بیست و پنجم
۹۹	معاینات پزشکی نوزاد	فصل بیست و ششم
۱۰۲	مشکلات طبی و عادی نوزاد	فصل بیست و هفتم
۱۰۵	ناراحتیهای پوستی عادی در نوزاد	فصل بیست و هشتم
۱۰۹	مراقبتهای بدنی نوزاد	فصل بیست و نهم
۱۱۴	ملاقات برادران و خواهران با نوزاد	فصل سی ام
۱۱۷	پرورش و استعدادهای کودک	فصل سی و یکم
۱۲۱	مراقبت از نوزاد بیمار	فصل سی و دوم
۱۲۴	تشخیص بیماری در نوزادان	فصل سی و سوم
۱۲۷	افسردگی مادر بعد از زایمان	فصل سی و چهارم
۱۳۰	نگهداری و پرورش فرزند خوانده	فصل سی و پنجم
۱۳۲	نگهداری و پرورش نوزاد استثنایی	فصل سی و ششم
۱۳۵	مادران تنها و پرورش نوزاد	فصل سی و هفتم
۱۳۷	مسافرت با نوزاد	فصل سی و هشتم
۱۴۱	بازگشت به کار بعد از مرخصی زایمان	فصل سی و نهم
۱۴۴	روابط زناشویی بعد از تولد نوزاد	فصل چهل ام
۱۴۷		سوالها و جوابها
۱۵۶		فهرست مطالب

مقدمه ناشر

خواننده محترم، کتابی که پیش روی دارید، یک جلد از مجموعه «کلیدهای تربیتی بارونز» است. بارونز یک ناشر معتبر آمریکایی است که کتابهایش از پشتوانه علمی و دانشگاهی برخوردار است. اولین جلدهای این مجموعه در سال ۱۹۹۳ منتشر شد. کتابهای این مجموعه علی‌رغم ارتباط موضوعی، هر کدام از نظر مطلب مستقل هستند و مطالعه آنها بستگی به مطالعه جلدهای دیگر ندارد. ما برای این مجموعه، نام «کلیدهای تربیت کودکان» را انتخاب کرده‌ایم. آمادگی برای زایمان، زایمان مناسب، روشهای مناسب و صحیح شیر دادن، تولد کودک دوم، وظایف پدر نسبت به نوزاد، تربیت و نظم دادن به کودک از یک سالگی تا سه سالگی، تربیت کودکان باهوش، تربیت کودکان کند ذهن و موضوعات متنوع و جالب دیگر که به روشها و مشکلات تربیتی کودکان تا سنین بلوغ می‌پردازد، موضوع کتابهای این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان کتابها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هر کتاب از فصلهای متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه «کلیدهای تربیت کودکان»، علی‌رغم پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آنها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل مطالعه و استفاده خواهد بود.

در پایان یادآوری این نکته ضروری است که مترجم در فصل هفدهم این کتاب (نام گذاری نوزاد) به لحاظ غیر قابل استفاده بودن اسامی لاتین برای فارسی زبانان که در اصل کتاب وجود داشته است، این فصل را ترجمه آزاد نموده و برای مثالهای



فصل مذکور از کتاب «نام» نوشته آقای عبدالکریم بهنیا یاری جسته است.

مؤسسه انتشارات صابرين

۱۳۷۵

پیشگفتار



شیوه رفتار و برخورد والدین با نوزاد، اساس رابطه والدین و فرزند را در دوره زندگی آنها تشکیل می دهد. این کتاب راهنمای مفیدی برای والدین جوان است و به آنها می آموزد تا با رفتار درست و منطبق با نیازهای نوزاد، پیوند خوبی با وی برقرار کنند و آینده سالمی برای زندگی مشترک خود تدارک ببینند. در روزهای اول پس از زایمان، دوستان و آشنایانی که برای تبریک ولادت نوزاد به ملاقات شما می آیند، از تجربه های خود سخن می گویند و با حسن نیت در مورد نگهداری نوزاد پیشنهادهایی می دهند. در برابر این سخنان باید بدانید که نگهداری و پرورش این مهمان تازه وارد به عهده شماست. برای انتخاب بهترین روش نگهداری و بهترین شیوه رفتار در پرورش نوزاد، ابتدا باید بهترین شیوه میزبانی از این مهمان عزیز را، با توجه به روحیات و امکانات خود بیاموزید.

بهترین شیوه ای که پیوند محکمی بین والدین و نوزاد برقرار می کند، شیوه دلبستگی است که در فصل یکم شرح داده می شود. با رعایت این شیوه رفتاری، نوزاد خود را بهتر می شناسید و به او کمک می کنید تا زندگی شیرینی را شروع کند و شما نیز از دیدن او لذت ببرید.

اطلاعات موجود در این کتاب حاصل تجربه های بیست ساله نویسنده کتاب، آقای دکتر سیرز،^۱ به عنوان پزشک اطفال و مشاور پدران و مادران جوان در پرورش اطفال است. نویسنده همچنین سالها مدیریت شیرخوارگاه و ریاست بخش نوزادان را در بزرگترین بیمارستان اطفال دنیا واقع در تورنتو^۲ - کانادا، به عهده داشته، و خود پدر

۱ - W. Sears, M.D.

۲ - Toronto