



# الرُّضْع والسخونة الشديدة

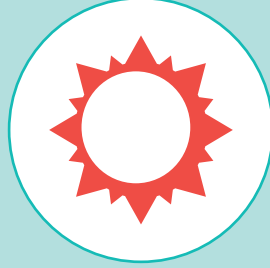


## نصائح عملية



### التربيط المستمر

أرضع الطفل أو قدم له زجاجة الإرضاع بتواتر أكبر



### الانتباه عند التعرض للشمس

الرُّضْع الذين يقل عمرهم عن 6 أشهر يجب ألا يتعرضوا للشمس بشكل مباشر. بعد سن 6 أشهر يتعين استعمال كريم مناسب للحماية من الشمس



### ملابس خفيفة

احرص على أن يرتدي طفلك ملابس خفيفة وطبقات ملابس تتناسب مع درجة الحرارة وقبعة صغيرة، إن أمكن



### الظل وعدم التغطية

قبة عربة الأطفال يجب أن توفر الظل، لكن يجب أيضًا أن تتيح للهواء الدوران (دون نسيج)



### استحمام منعش

أعط حمامًا منعشًا لطفلك قبل وضعه في السرير



### مكان منعش

استعمل مروحة لتدوير الهواء المنعش. في حالة استعمال مكيف هواء، يجب ألا تكون درجة الحرارة منخفضة جدًا (درجة الحرارة المثالية: من 24-26 درجة مئوية)

## علامات خطر عند الإصابة بفرط الحرارة

- قابلية للاستثارة
- بول داكن اللون أو جفاف الحفاض
- جفاف الفم والشففتين والعينين
- النعاس والتعب

- حمى شديدة
- تعرق شديد يختفي فجأة
- تسارع النبض والتنفس
- قيء

إذا ظهر على طفلك واحد أو أكثر من الأعراض المذكورة أعلاه، فإنه سيحتاج إلى علاج فوري. اتصل بطبيب الأطفال الخاص بك أو بأقرب قسم طوارئ.