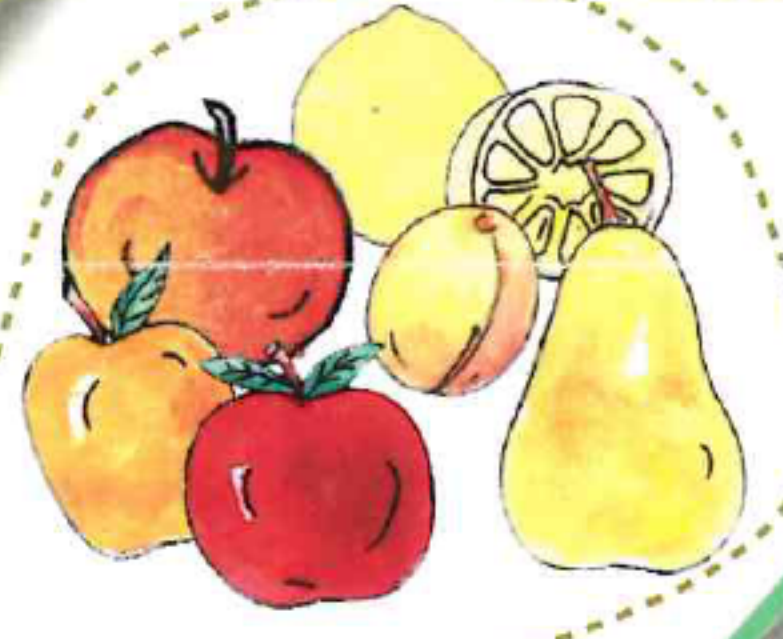
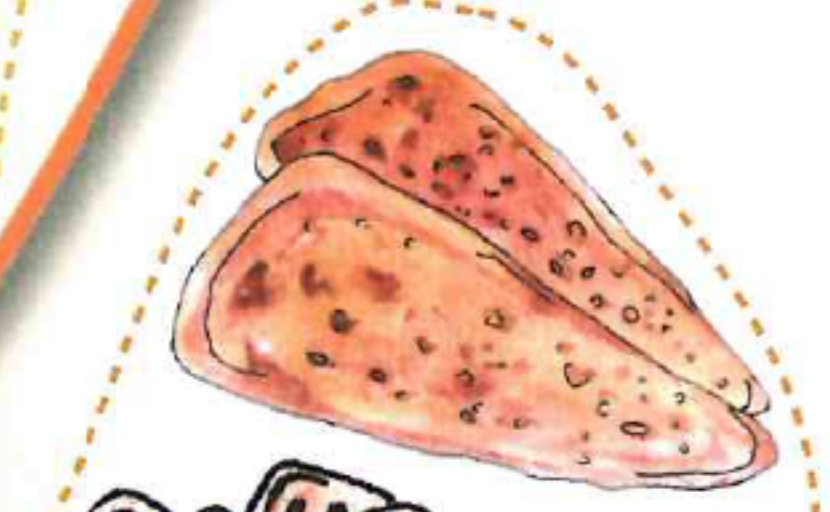
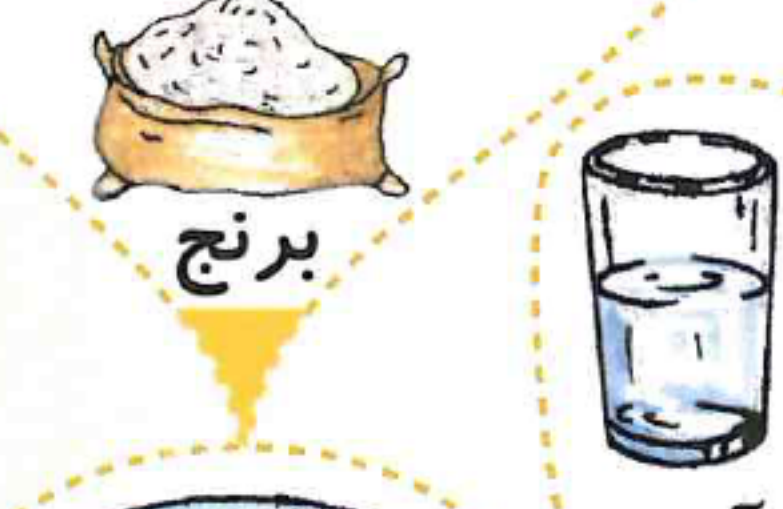


# تغذیه شیرخوار و شروع غذای کمکی

غذای کمکی را از مقدار کم شروع و بتدریج متناسب با اشتهای کودک زیادتر کنید.



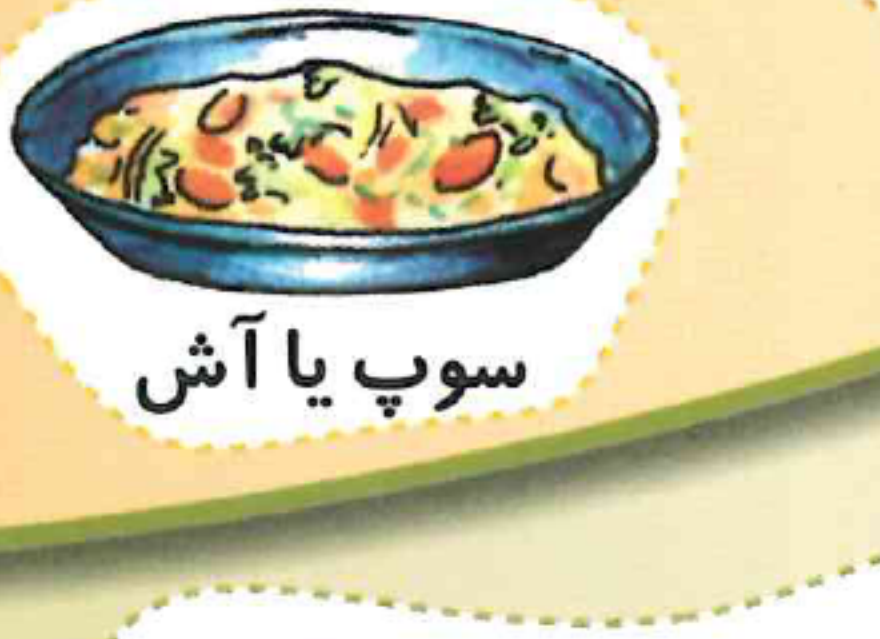
کودکان به تعداد وعده‌های غذایی بیشتری نیاز دارند.



هرگز به زور و اجبار به کودک غذا ندهید.



روزانه ۱۵۰۰ واحد ویتامین A و ۴۰۰ واحد ویتامین D می‌شود



۶ ماهگی (شیر مادر و حسب تحمل شیرخوار)

۷ ماهگی (شیر مادر + ۲ تا ۳ وعده غذا)

۸ ماهگی (شیر مادر + ۲ تا ۳ وعده غذا)

۹ ماهگی (شیر مادر + ۳ تا ۴ وعده غذا)

۱۰ ماهگی (غذا + شیر مادر)

# کارت مراقبت کودک (تغذیه، واکسیناسیون، پایش رشد)



شماره پرونده: .....

نام و نام خانوادگی کودک: .....

نام پدر: .....

تاریخ تولد: روز ..... ماه ..... سال .....

وزن هنگام تولد (بر حسب گرم): ..... قد هنگام تولد (بر حسب سانتیمتر): .....

دور سر هنگام تولد (بر حسب سانتیمتر): .....

چندمین تولد زنده به دنیا آمده: .....

سن مادر هنگام تولد کودک (بر حسب سال): .....

فاصله این کودک با فرزند زنده قبلی خانوار (بر حسب ماه): .....

نوع زایمان:  طبیعی  سزارین  زایمان چند قلو

استان: ..... شهرستان: ..... روستا: .....

مرکز بهداشتی درمانی: ..... مطب: .....

خانه بهداشت: ..... تیم سیار: .....

نشانی منزل: .....

ملاحظات: .....



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، معاونت بهداشتی

در هر مراجعه به مرکز بهداشتی درمانی یا مطب کارت مراقبت کودک را همراه داشته باشید. شیر مادر بتهایی تا پایان ماه ششم زندگی و تداوم آن تا پایان سال دوم برای رشد طبیعی شیرخوار ضروری است.

نوع واکسن	تاریخ مراجعه فعلی	تاریخ مراجعه بعدی	مهر و امضا واکسناتور	نوع واکسن	سن	نوع واکسن	سن	نوع واکسن
ب ب ث ژ				سرخک	۱۵ ماهگی	فلج اطفال (یادآور ۱)، سرخک مجدد MMR	۱۵ ماهگی	فلج اطفال (یادآور ۱)، سرخک مجدد MMR
				توأم خردسال	۱/۵ ماهگی	سه گانه ۱، فلج اطفال ۱، هیپاتیت ب ۲	۴ تا ۶ سالگی	فلج اطفال، سه گانه (یادآور دوم)
				کزاز یا توأم بزرگسال	۳ ماهگی	سه گانه ۲، فلج اطفال ۲	۱۴ تا ۱۶ سالگی	دوگانه ویژه بزرگسال و پس از آن هر ده سال به ده سال پابستی تکرار شود
				فلج اطفال	۴، ۵ ماهگی	سه گانه ۳، فلج اطفال ۳		
				هیپاتیت	۹ ماهگی	سرخک بار اول، هیپاتیت ب ۳		
توضیحات:								
۱- کودکان خود را طبق جدول بالا و بموقع علیه بیماری های دیفتیری، کزاز، سیاه سرفه، سرخک، فلج اطفال، سل و هیپاتیت ب واکسینه کنید.								
۲- جهت پیشگیری از کزاز نوزادان بایستی خانم های در سنین باروری (۱۵-۴۹ ساله) واکسن کزاز یا توأم را طبق برنامه کشوری دریافت کنند.								
۳- هنگام واکسینه کردن فرزندان تاریخ واکسیناسیون بعدی را سوال کنید.								
۴- به خاطر داشته باشید سرماخوردگی یا اسهال مانع از انجام به موقع واکسیناسیون نخواهد بود.								
نوع واکسن	تاریخ مراجعه فعلی	تاریخ مراجعه بعدی	مهر و امضا واکسناتور	نوع واکسن	سن	نوع واکسن	سن	نوع واکسن
هیپاتیت	بار اول	بار اول		بار اول	بار اول	بار اول	بار اول	بار اول
	بار دوم	بار دوم		بار دوم	بار دوم	بار دوم	بار دوم	بار دوم
	بار سوم	بار سوم		بار سوم	بار سوم	بار سوم	بار سوم	بار سوم
	بار چهارم	بار چهارم		بار چهارم	بار چهارم	بار چهارم	بار چهارم	بار چهارم
	بار پنجم	بار پنجم		بار پنجم	بار پنجم	بار پنجم	بار پنجم	بار پنجم
	یادآور اول	یادآور اول		یادآور اول	یادآور اول	یادآور اول	یادآور اول	یادآور اول
	یادآور دوم	یادآور دوم		یادآور دوم	یادآور دوم	یادآور دوم	یادآور دوم	یادآور دوم

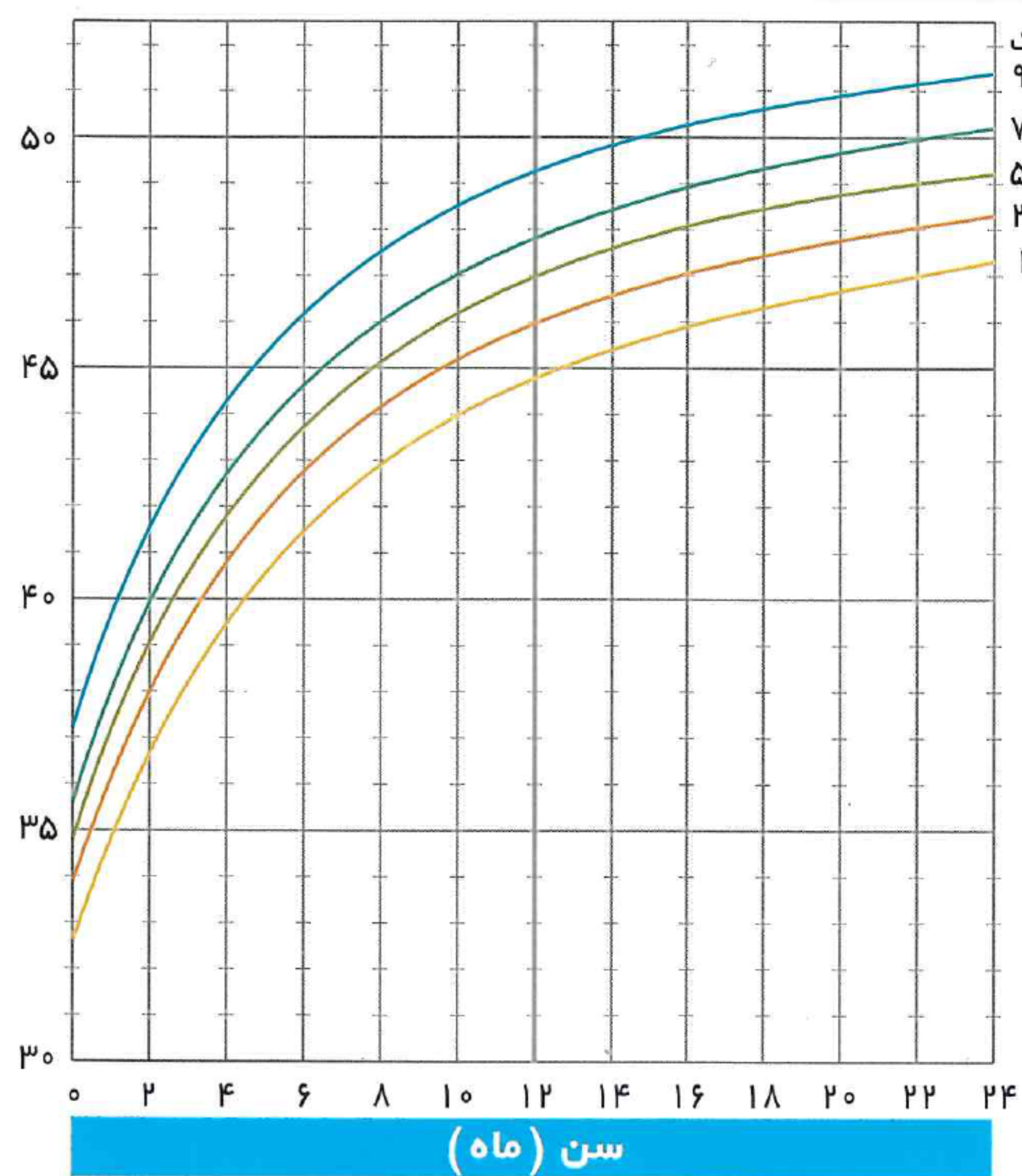
سیناسیون بموقع، سلامت کودک خود را تضمین کنید.



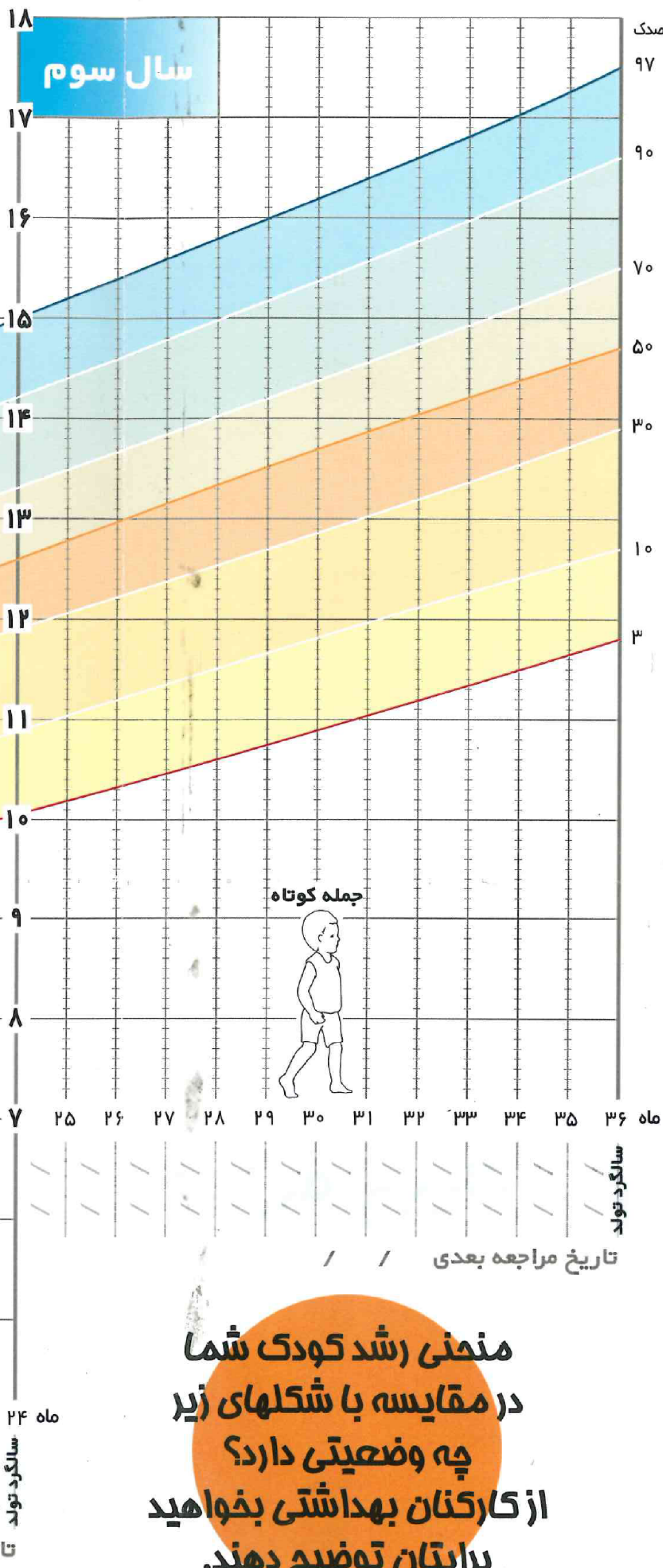
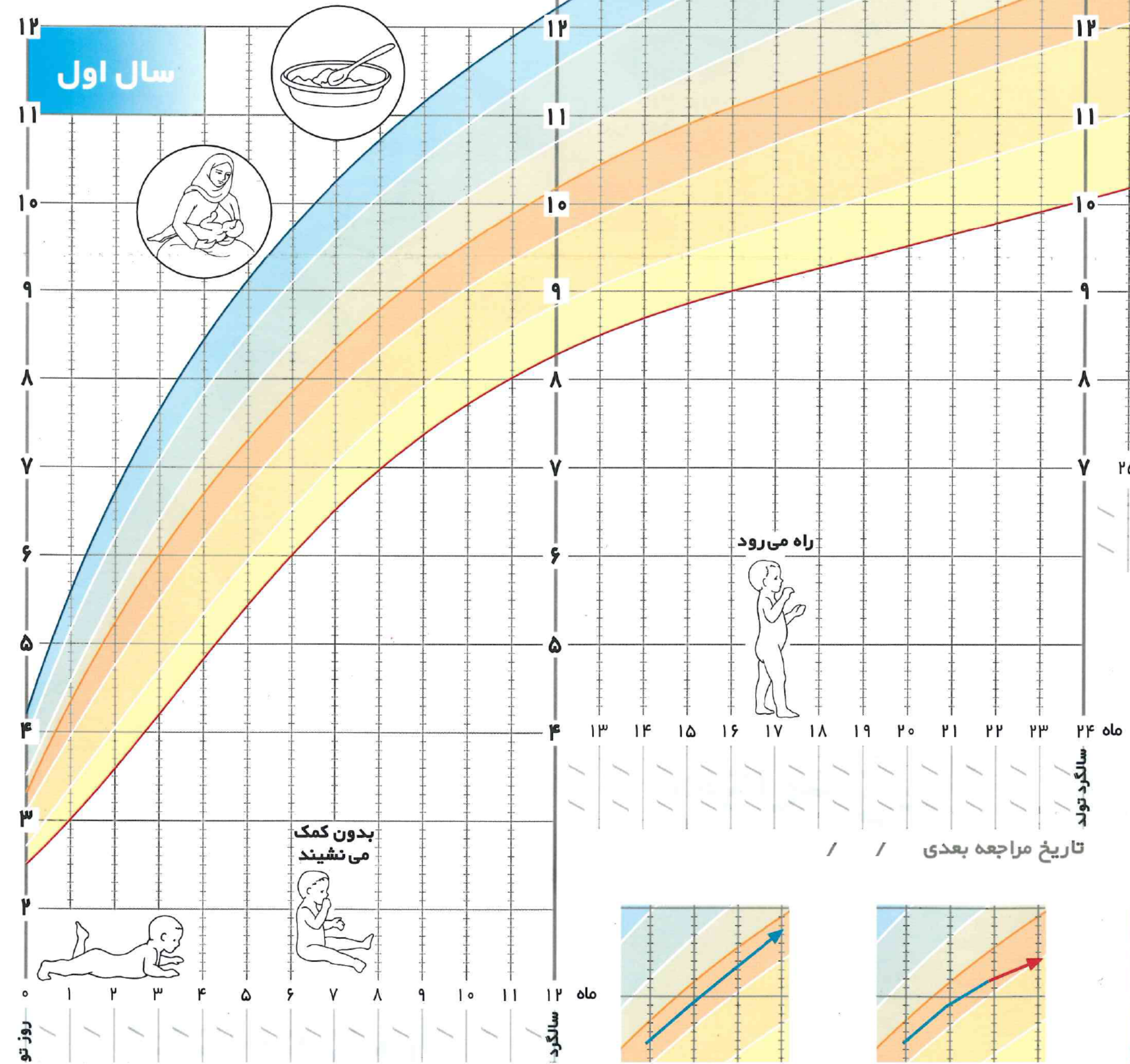
شیر مادر به تنهایی تا پایان ۶ ماهگی کاملترین غذا برای کودکان است.

برخی از کودکان در فاصله ۴ تا ۶ ماهگی ممکن است نیاز به تغذیه تکمیلی داشته باشند. معیار تشخیص کارت پایش رشد است.

دور سر (سانتیمتر)



وزن (کیلوگرم)



منحنی رشد کودک شما در مقایسه با شکل‌های زیر چه وضعیتی دارد؟ از کارکنان بهداشتی بخواهید برایتان توضیح دهند.

