

מדריך הזהב לאימהות: כל הטיפים והעצות

מגיל 6 חודשים ועד גיל שנתיים יש כל כך הרבה רגעים מרגשים, אתגרים והתלבטויות. אז ריכזנו וסידרנו לך את כל העצות

בקצרה: את אימא מעולה.

אימא, את בטח כבר רגילה שכל ביקור בגן השעשועים או שיחה עם החמות מסתיימים בטיפים ועצות, עם כל הכבוד – אנחנו יודעים שאת (כן, את, אימא) יודעת מה הכי טוב לילד או לילדה שלך.

ובכל זאת, בשלל הדעות, הרעיונות והעצות – יש **עצת זהב** אחד שיכולה להיות לשדרג לך את כל היום, כזו ששווה לאמץ באמת. אספנו לך כאלו עצות. כדאי לדעת: העצות רלוונטיות לאימהות וגם לאבות, פשוט כתבנו ישירות אליך, כאלה אנחנו – ישירות.

ועכשיו – יאללה, לעצות. אנחנו יודעים שהזמן שלך יקר לכן אספנו רק **עצות זהב**.

גזרי ושמרי: העצות הכי טובות, מאימהות מנוסות

דאגנו לרכז לך טיפים לכל הצעדים הראשונים - שנצא לדרך?

עצת זהב #1 לשיניים בריאות:

התחילי לצחצח כבר מהשן הראשונה. קחי איתך לדרך צעצוע לבייבי (או מברשת שיניים נוספת, למשחק), כדי שתהיה לכם חוויה מהנה. רוצה לדעת עוד <<

עצת זהב #2 לגזירת ציפורניים קלילה:

מצאי תנוחה שנוחה לשיניים, ותקפידי לעשות את התהליך כשהתינוק שלך לא עייף או רעב. רוצה לדעת עוד <<

עצת זהב #3 לאמבטיה בכיף:

תנסי להפוך את האמבטיה לחוויה. זה לא הולך? את עייפה? מחר תהיה הזדמנות חדשה. רוצה לדעת עוד <<

עצות זהב #4+5 להגנה על הראש ולהתמודדות עם כינים:

חייבת להכיר את הפרוטקט – למניעת התרבות כינים – ככה מתחילות למנוע מגילאים צעירים, ודוחות את המפגש הראשון עם הכינים.

נדבקנו? לא סוף העולם

בחרי בתכשיר מוכח קלינית שמסייע להיפטר מהכינים בפעם אחת ולא דורש ממך טיפול חוזר. **רוצה לדעת**

עוד <<

בדרך לחיוך המושלם – ככה תצחצחי שיניים מהשן

הראשונה

מחקרים מצאו ש-0 מתוך 10 אימהות רוצות שלילדים שלהן יהיו חורים בשיניים. איך שומרים על השיניים מהרגע הראשון? באנו לעשות לך סדר, אימא.

עוטות:

- להתחיל מוקדם: מיד עם בקיעת השן הראשונה, נקי אותה בעזרת מטלית רכה או מברשת שיניים קטנה לתינוקות.
- להשתמש במשחת שיניים: לאחר גיל שנה, השתמשי במשחת שיניים המכילה פלואוריד בכמות המומלצת לילדים (גרגיר בגודל אפונה).
- לצחצח פעמיים ביום: צחצחי את שיני הפעוט פעמיים ביום, בבוקר ובערב, לאחר הארוחות.
- הקפידו על טכניקה נכונה: צחצחי את כל שטח השן, כולל השטחים החיצוניים, הפנימיים ומשטחי הלעיסה.
- להשתמש במברשת מתאימה: בחרו במברשת שיניים קטנה ורכה עם ראש קטן, המתאימה לגילו ולגודל פיו של הפעוט.
- להפוך את הצחצוח לחוויה חיובית: זמן צחצוח השיניים יכול להיות חוויה נעימה ומהנה עבור הפעוט. שירו שירים יחד, ספרי לו סיפורים והשתמשי במשחקים כדי לעודד אותו.

מניקור פדיקור גם לפעוטות :

ככה תגזרי ציפורניים בקלות ובבטיחות

לגזור ציפורניים לתינוקות? זו יכולה להיות אחת המשימות המפחידות. אבל אל דאגה – ריכזנו לך את כל העצות.

מה תצטרכי?

קוצץ ציפורניים מותאם לתינוקות או מספריים קטנים עם קצוות מעוגלים, פנס קטן (אופציונלי) וצעצוע או מברשת שיער רכה להסחת דעת.

מה תעשי?

מצאי תנוחה שנוחה גם לך וגם לבייבי – את יכולה להחזיק אותו בזרועות, להושיב אותו על הברכיים שלך או להשכיב אותו על משטח החתלה. כל תנוחה נוחה – נכונה. ודאי שהחדר מואר היטב ושאת יכולה לראות את הציפורניים. עכשיו אפשר להתחיל:

1. אחזי בעדינות באצבע התינוק ודחפי את כרית האצבע הרחק מהציפורן.
2. גזרי את הציפורן בקו ישר, תוך הקפדה לעקוב אחר קימור הציפורן. עדיף לגזור מעט מדי מאשר לגזור יותר מדי. במילים אחרות – היזהרי שלא לגזור עמוק מדי.
3. עגלי את פינות הציפורן אחרי שגזרת.
4. המשיכי ליתר האצבעות – ואל תשכחי את בהונות הרגליים.

איך להפוך את הגזירה לקלה?

טיפ #1 לגזירה קלילה – מצאי נקודת זמן נוחה

בחרי בזמן שבו התינוק רגוע ושלו – רצוי לאחר אמבטיה או הנקה. עדיף לא לעשות זאת כשהתינוק רעב, עייף או עצבני.

טיפ #2 הפכי את התהליך למסיבה

תבחרי שיר ששניכם אוהבים, קחי צעצוע שהוא אוהב במיוחד ותתחילי להשרות אווירה נעימה. זה יכול לסייע להסיח את דעתו של הבייבי מההתעסקות בציפורניים, ולהעביר אותה בכיף.

טיפ #3 סבלנות

אפשר לעצור באמצע להאכיל או להיניק, ואפשר להמשיך ביום אחר. לא יקרה כלום.

זמן לאמבטיה – זמן ספא

אימא, אנחנו יודעות שהמקלחות של הבייבי מגיעות אחרי יום ארוך, לפני הכל, אנחנו ממליצות לעצור, ללגום כוס תה (או לפחות כוס מים), לנשום עמוק, לטפוח לעצמך על הגב – רוב היום כבר מאחוריך, ועכשיו אפשר להתקדם למשימה הבאה – המקלחת היומית.

איך תיקחי את הבייבי למקלחת בכיף?

1. **חיוך גדול:** חייכי לתינוק. את עומדת לפנק אותו במקלחת חמימה ונעימה, זמן איכות צמוד עם אימא, וזה לא מובן מאליו – לא עבוך ולא עבורו.
2. **צעצועים זה החיים:** צעצועים מיוחדים לאמבטיה יכולים לשדרג אותה. לא צריך 20 צעצועים. מספיק אחד שהתינוק אוהב במיוחד ושנשמר במיוחד לזמן האמבטיה.
3. **שירים תמיד מוסיפים:** אם את אוהבת לשיר לתינוק, תשירי לו. מעדיפה להיעזר בספוטיפיי או יוטיוב? בבקשה. תמצאי שירים ששניכם אוהבים. כשאת תיהני, גם התינוק ייהנה יותר.

את עייפה במיוחד? התינוק עצבני היום? חד-פעמית, אפשר לערוך מקלחת קצרצרה - לא יקרה כלום אם היא תעריך גם 2 דקות מחר יום ספא חדש.

"אפשר לוותר על אמבטיה?"

אם תינוק מפספס מקלחת אחת לא יקרה לו כלום, אז את יכולה לנשום עמוק. אבל חשוב שתדעי שהמקלחת היומית חיונית עבורו. למה?

- זה בריא: רחצה מסירה לכלוך, חיידקים ופסולת מהעור וככה מונעת התפתחות של פריחות וזיהומים.
- זה חשוב להתפתחות: אנחנו בטוחות שהתינוק שלך גאון, ושאת רוצה לסייע לו להתפתח בצורה הטובה ביותר, ובכן – האמבטיה זה מקום מעולה, היא מאפשרת לתינוק לחקור את הגוף שלו ואת הסביבה, והמשחק במים יכול לעודד יצירתיות ודמיון.
- זה טוב לשעות השינה שלכם: האמבטיה מרגיעה ויכולה לסייע להכין את התינוק לשינה. כל שעת שינה שלו היא רווח נקי עבורך, אימא (וגם חשובה לו).

כינים – הנה כל הטיפים החשובים

אימא, ברור שאכפת לך שהבייבי שלך יהיה נקי ורענן. כינים? חס וחלילה? אבל מה לעשות, אימהות וותיקות יספרו לך את האמת: כינים הן תופעה נפוצה. יש מה לעשות ואיך למנוע – אל דאגה. ככה תשמרי על הבייבי שלך מכל כינה, אפילו לפני הפעם הראשונה

החיים עם ילדים מלאי רגעים ראשונים מרגשים. איזה מזל שאפשר להעביר אותם ללא כינים | ככה תשמרי על הראש של הילדה או הילד שלך

כינים - בכלל לא נעים להכיר:

- כינים הם חרקים טפיליים. כינת הראש, שמשתייכת למשפחת הכינים נטפלת אך ורק לבני אדם. הכינה חיה על ראש האדם במשך כל חייה וניזונה מדם שאותו היא מוצצת באמצעות ניקוב עור הקרקפת 4-5 פעמים ביום.
- רק נקבות הכינים מוצצות את הדם וגורמות לתחושת הגרד, ולכן פעמים רבות מתייחסים אליהן בלשון נקבה (זה, וגם העובדה שאין בעברית מילה לכינה ממין זכר).
- אפילו תינוקות יכולים להידבק בכינים. (הדרין בטוח החל מגיל חצי שנה)
- כינים הן מכת מדינה - בכל רגע נתון, כ-10% מהילדים בגילים 4-13 נגועים בכינים ובביצים חיות, ואצל כ-10% נוספים יש סימנים להיסטוריה של "נגיעות".
- בנות נדבקות פי 2-10 יותר מבנים, מפני שהן נוהגות להתקרב יותר לאחרים, ויש להן שיער ארוך יותר. לכינה קל יותר לעבור בין ילדות, כשהשערות של האחת קרובות לשערות של האחרת. אימהות, אגב, נדבקות יותר מאבות, כי ב-95% מהמשפחות הן אלה שאחראיות על הטיפול.

יש דרך למנוע הדבקה בכינים? מתברר שכן – אנחנו יכולים

כדאי שתדעי, שטיפולי המניעה התכופים הכרחיים רק עבור מי שנמצאים באוכלוסיית הסיכון להידבק, כלומר, ילדים בבתי הספר ובגנים, ומי שנדבקים לעיתים קרובות.

קבלי 3 טיפים שיכולים לסייע לך לשמור על הראש של הילדים מפני כינים:

1. **הטיפ הברור, אך החיוני – לאסוף את השיער:** בעיקר כששוהים בקרבת ילדים אחרים
2. **הטיפ היסודי – לסרק עם מסרק כינים:** הסיכוי למצוא כינים או ביצים באמצעות המסרק גדול פי 5 מאשר בדיקה ידנית.
3. **שימוש קבוע בהדרין פרוטקט:** לא צריך לחכות לגירוד כדי לטפל בכינים. פשוט מונעים. בטח יפתיע אותך לדעת שרק אחרי חודש מההדבקה (ולפעמים חודשיים) מרגישים את הגירודים בראש. בזמן הזה הכינים מתרבות ועוברות מראש לראש, כך שקשה להיפטר מהן בזמן.

הילד או הילדה נדבקו בכינים?! לא סוף העולם

- התיזי/פזרי כמות מספקת ואחידה של הדרין וואנס על שיער יבש מהשורשים ועד הקצוות
- המתני 15 דקות בלבד! אין צורך יותר
- מרחי שמפו עד לכיסוי מלא לפני הרטבת השיער (הדרין דוחה מים בשל הסיליקון הייחודי שמסייע לסירוק)
- לאחר השטיפה השתמשו במסרק כינים צפוף המלצה חמה על "אסי 2000" שמסייע להוצאת הכינים והביצים המתות.

איך באמת משתמשים במסרק, כדי לאתר את הכינים ולהיפטר מכווולן?

#1 תדירות הסירוק

השימוש במסרק כדי לאתר כינים צריך להיעשות במשך כשבועיים, בכל יום או יומיים, מכיוון שהכינים בוקעות מהביצים רק לאחר 6-9 ימים. כדי שהטיפול יהיה יעיל, יש להמתין לבקיעת הביצים האחרונות ולוודא כי לקראת סיום השבועיים האלו אין יותר כינים חיות.

#2 תכשירים מסייעים

הסדרה של הדרין – המומחים לטיפול והגנה בכינים וביצי כינים פשוט מורחים על שיער יבש, ומסרקים בקלות. המרקם הייחודי של הדרין הופך את הסירוק לפשוט, גם אם השיער מתולתל או ארוך במיוחד.

הדרין הוא הבחירה של מאות אלפי אימהות ישראליות, ולא במקרה - יעילות הפעולה שלו מוכחת קלינית, אינו מכיל חומרי הדברה, מתאים מגיל חצי שנה ומאפשר על ידי משרד הבריאות.

נעים להכיר -

הדרין ONCE - לטיפול

הדרין - פרוטקט - להגנה מהתרבות כינים

אימא, כדאי שתדעי, יש דרך לשמור על הראש של הילד או הילדה שלך.

מוצר חובה, מהיום הראשון בגן	טיפול יעיל בכינים, כשצריכות וצריכים
הדרין פרוטקט מיועד לשימוש קבוע על שיער נקי מכינים ושומר עליו - כל עוד הדרין פרוטקט נמצא על השיער, כינים חדשות שיגיעו לראש, לרוב יושמדו.	הדרין ONCE ספריי/גיל לשיער ארוך / קצר עד בינוני משמיד גם את הכינים וגם את ביצי הכינים בטיפול אחד בלבד.
יתרון הזהב: בניחוח תפוז-מנגו שכולם אוהבים	יתרון הזהב: פשוט לסרק עם המרקם הסיליקוני הייחודי
{ברקוד הנחה? אפרת עדכני איך תרצי}	{ברקוד הנחה? אפרת עדכני איך תרצי}