

آموزش به بیمار؛ نحوه استفاده از کلاه فرم دهی سر نوزادان (Instructions to Parents, Helmet)

توصیه های لازم جهت استفاده از کلاه فرم دهی سر کودک

- ساعات پوشیدن کلاه فرم دهی جمجمه بین ۱۸ تا ۲۱ ساعت در شبانه روز می باشد.
- پس از دریافت کلاه فرم دهی جمجمه از مرکز پژم، استفاده از آنرا را هنگامی شروع کنید که به خانه رسیده اید و کودک در شرایط آرامی قرار دارد.
- لطفا جهت استفاده از کلاه فرم دهی جمجمه لطفا بر اساس دستورالعمل زیر عمل کنید:

اقدامات روز اول استفاده از کلاه فرم دهی جمجمه

- روز اول استفاده از وسیله بسیار مهم است و بنابراین باید دقت لازم را جهت استفاده از کلاه داشته باشید. حتما قبل از استفاده از کلاه، با استفاده از یک دستمال مرطوب درون آنرا کاملا تمیز کنید. سپس به مدت یک ساعت کلاه را به همان صورتی که درمانگر کودکان در کلینیک پژم به شما آموزش داده، روی سر کودک قرار دهید. پس از یک ساعت، کلاه را باز کنید و اقدامات زیر را انجام دهید:
- ۱. در صورتی که سر کودک عرق کرده باشد، با استفاده از یک حوله تمیز و نرم، سر کودک را خشک کنید. همچنین درون کلاه را هم که آغشته به عرق شده را خشک کنید.

- ۲. ممکن است در حین استفاده از کلاه، در نقاطی از سر نوزاد مناطق قرمزرنگی ایجاد شود (مانند پیشانی و روی گونه ها). وجود قرمزی به خودی خود نگران کننده نیست مگر اینکه قرمزی بوجود آمده بیش از نیم ساعت بطول بیانجامد که در صورت رخ دادن چنین مشکلی باید در اولین فرصت با درمانگر خود در کلینیک پژم تماس بگیرید.
- ۳. پس از چک کردن قرمزی و خشک کردن عرق سر، کلاه را مجدداً به مدت یک ساعت بپوشید و پس از یک ساعت موارد ۱ و ۲ را چک کنید.
- ۴. در این مرحله بایستی کلاه را به مدت ۲ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن مجدداً اقدامات مراحل ۱ و ۲ را انجام دهید.
- ۵. در این مرحله بایستی کلاه را به مدت ۳ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن مجدداً اقدامات مراحل ۱ و ۲ را انجام دهید.
- در مجموع برای روز اول حدود ۷ ساعت از کلاه استفاده کنید.

○ اقدامات روز دوم استفاده از کلاه فرم دهی جمجمه

- ۱. کلاه را به مدت ۲ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- ۲. کلاه را به مدت ۳ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- ۳. کلاه را به مدت ۴ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- ۴. کلاه را به مدت ۴ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- در مجموع برای روز دوم حدود ۱۳ ساعت از کلاه استفاده کنید.

○ اقدامات روز سوم استفاده از کلاه فرم دهی جمجمه

- ۱. کلاه را به مدت ۳ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- ۲. کلاه را به مدت ۴ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- ۳. کلاه را به مدت ۴ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- ۴. کلاه را به مدت ۴ ساعت و بصورت مداوم بپوشید و پس از آن آنرا باز کرده و عرق سر کودک را خشک کنید، قرمزی سر را چک کنید و درون کلاه را تمیز نمایید.
- در مجموع برای روز سوم حدود ۱۵ ساعت از کلاه استفاده کنید.

○ اقدامات لازم جهت استفاده از کلاه فرم دهی جمجمه از روز چهارم به بعد

- از روز چهارم به بعد شما می توانید کلاه را بین ۱۸ تا ۲۱ ساعت در شبانه روز استفاده کنید. برای این کار می توانید زمان استفاده از کلاه را به ۵ بازه زمانی ۴ ساعته تقسیم کنید. البته که شما می توانید این تقسیم بندی را تغییر دهید و بر اساس شرایط خود و کودکتان ساعات استفاده از کلاه را تنظیم نمایید. مهم رسیدن به ساعات استفاده بین ۱۸ تا ۲۱ ساعت است.

• چند نکته مهم

- هرچه میزان ساعات استفاده روزانه از کلاه بیشتر باشد، درمان انحراف جمجمه سریعتر به پایان خواهد رسید.
- هرگز نباید بطور مداوم کلاه را به مدت بیش از ۵ ساعت روی سر کودک قرار دهید. بایستی هر ۴ تا ۵ ساعت کلاه را باز کنید تا سر کودک در معرض هوا قرار گیرد و پس از تمیز کردن سر کودک و کلاه، مجدداً از آن استفاده کنید.
- درون کلاه فرم دهی جمجمه را با استفاده از یک پارچه نخی مرطوب آغشته به صابون یا شامپو بچه تمیز کنید و در روز یک یا دو بار درون آن را با پنبه الکلی یا دستمال مرطوب شست و شو دهید.
- در ابتدا ممکن است کلاه فرم دهی سر کودکان به خاطر داشتن فضایی برای رشد سر، کمی روی سر جابجا شود که این طبیعی است. اما اگر جابجایی خیلی زیاد بود حتماً با متخصصان کلینیک پژم تماس بگیرید.

شماره تماس:

۰۲۱۷۷۷۱۸۹۰۶

۰۹۳۹۶۲۰۶۱۰۱

آدرس:

تهرانپارس - خیابان حजरین عدی - خیابان علیدوستی - پلاک ۱ - واحد ۱

