

استمارة زيارة طبيب الأطفال عند السنة الثانية

الاسم: _____
تاريخ الزيارة: _____
الوزن: _____
الطول: _____
محيط الرأس: _____

إجراءات الفحص أثناء الزيارة السنوية:

- السؤال عن آخر المستجدات المتعلقة بصحة طفلك.
- فحص طفلك.
- السؤال عما إذا كان طفلك قد تعرض لمادة الرصاص وإجراء اختبار لفحص الرصاص في جسمه إذا ما ظهرت مؤشرات لتعرض طفلك لمادة الرصاص.
- السؤال عن التاريخ المرضي لأسرتك فيما يتعلق بأمراض القلب، وإجراء اختبار لقياس معدلات الكوليسترول إذا ما وجدت مؤشرات لارتفاعه.
- مناقشة مخاطر تعرض طفلك للإصابة بالأنيميا (فقر الحديد في الدم) وإجراء اختبار لقياس معدل الأنيميا إذا ما وجدت مؤشرات لذلك.
- السؤال عن احتمالات تعرض الطفل للإصابة بمرض التدرن وفحص الطفل إذا ما وجدت مؤشرات لذلك.
- التأكد من حصول طفلك على التطعيمات الحديثة.
- تخصيص الوقت لكي تتمكني من توجيه الأسئلة والاستفسارات.

قد ترغبين بمناقشة الأمور التالية أثناء الزيارة:

معدل نمو طفلك وطريقة التغذية السليمة.

سلوك طفلك ومدى تطوره.

أسئلة أو مخاوف فيما يتعلق بالتدريب على استخدام المراض.

أمور تتعلق بالانضباط ونوبات الغضب وكيفية وضع حدود وضوابط لها.

عادات النوم بالنسبة لطفلك.

أية مخاوف تتعلق بنطق طفلك أو سمعه أو رؤيته.

ترتيبات الرعاية الخاصة بطفلك.

أية مخاوف أو تساؤلات أخرى قد تكون في ذهنك.

يجب مراعاة الأمور التالية في هذه السن:

- استخدام مقعد خاص للسيارة ويفضل ان تضعيه في المقعد الخلفي للسيارة.
- يجب مراقبة طفلك عن كثب، وخاصة إذا كان يجبو.
- مراقبة الطفل بعناية خاصة إذا كان بالقرب من أي مصدر مياه، مثل حمامات السباحة أو المراحيض و أحواض الاستحمام.
- قدمي لطفلك وجبات وأطعمة صحية ودعيه يقرر الكمية التي يريد تناولها.
- لا تعطي طفلك أطعمة من الممكن أن تعرضه للاختناق، مثل الفول السوداني والفسار و عيدان الجزر وحببات العنب أو الزبيب أو الحلوي الصلبة.
- يجب استخدام حليب قليل الدسم بدلاً من كامل الدسم.
- نظفي أسنان طفلك ولثته بفرشاة أسنان ناعمة وصغيرة وكمية صغيرة (في حجم حبة البازلاء) من معجون الأسنان بالفلورايد.
- تأجيل تدريب طفلك على استخدام المراض حتى يظهر استعداد له لذلك.
- توقعي أن يكون لدى طفلك فضول حول أجزاء جسمه، واستخدمي الكلمات الصحيحة لوصف تلك الأجزاء.
- يجب تخصيص بعض الوقت يومياً للعب مع طفلك.
- اتركي له بعض الخيارات مع وضع الحدود والحفاظ على استخدام استراتيجية انتهاء الوقت أو أية طريقة أخرى من وسائل تهذيب أي سلوك غير متوقع.
- تحديد أوقات مشاهدة التلفاز لساعة واحدة في اليوم والحرص على مشاهدة بعض البرامج مع طفلك.

تحديد موعد الزيارة التالية لطفلك وعادة ما تكون في سن الثالثة

التاريخ: _____

الوقت: _____

استناداً إلى توجيهات هيئة الرقابة الصحية للأكاديمية الأمريكية لأطباء الاطفال ومؤسسة المستقبل المشرق التي انشأتها وزارة الصحة والخدمات الإنسانية الأمريكية، تحت إشراف مكتب صحة الأم والطفل.