

HIGIENA

a les mares



No sempre és benigna l'hemorràgia del nas dels infants, a la qual no s'acostuma a donar cap importància. No es rar que aquesta hemorràgia sigui un dels primers símptomes d'una febre tifoidea, del principi d'una grip, d'una nefritis, de l'escorbut infantil, diftèria, certes malalties del fetge, xarrampió, etc. No negligir mai aquestes hemorràgies quan hi hagi tendència a repetir-se.



Molt de compte amb la preparació dels biberons quan cal emprar aquest sistema d'alletament. Es pot dir que el biberon és l'instrument que ha mort més criatures. A més dels desavantatges que té la lactància artificial, posat que és molt difícil trobar llet de cabra o vaca en òptimes condicions de puresa i qualitat, que és molt difícil que la prengui l'infant en les condicions de temperatura adient, i a més que la lactància artificial sempre és inferior a la materna, sol ésser el biberon, l'instrument que deposita en la boca de l'infant els gèrmens que li malmetran la salut. Convé d'usar biberons que puguin bullir-se integralment, i que sobretot no s'embutin tocant-los amb les mans brutes o altres objectes no netejats.



Son innombrables els perills que assetgen els infants de poca edat. Pot perjudicar-los extraordinàriament el deixar-los exposats a una llum massa viva, el faixar-los massa apretats, mantenir-los asseguts diverses hores seguides, donar-los menjar massa aviat, abusar dels farinacis quan no tenen encara suficient saliva per a digerir-los, la manca de netedat, el sacsejar-los massa violentament, etc., etc.



El pes és un dels millors baròmetres de la salut dels infants. Cal pesar-los amb balances que almenys afinin 10 grams, o un aparell pesa-infants corrent. El promig de pes en néixer és d'uns 3200 grams els nois i uns 3000 les nenes. En els 3 primers dies sol perdre uns 100 grams per l'orina, l'excrement verd-negrós que sol treure, etc. Al cap de 8 a 9 dies sol pesar el mateix que pesava en néixer, i durant els dos primers mesos ve a guanyar uns 30 a 40 grams diaris, quan l'alimentació i nutrició és correcta. Pesant-los cada setmana, per determinar-se l'augment de cada dia. Cal que la pesada sigui feta molt acuradament i que sigui neta, ja coneguent prèviament el pes de la roba o pesant l'infant nu.



Els nadons cal banyar-los cada matí uns 2 a 3 minuts amb aigua de 26 a 30 graus. Poc a poc se'ls va acostumant a aigua un xic més freda, procurant ensabonar-los bé, especialment els plec de la pell i l'entrecreix. Si ha caigut el cordó, convé que l'aigua sigui molt neta—en tota ocasió ha d'ésser-ho—, i fer després del bany un lleuger toc al llobrigró amb aigua de Colònia, cobrint-lo tot seguit amb una glassa estèril.



"Els joves hipòcrites o dolents es formen a casa del pares rigorosos."



Quan la mare delega part de les seves funcions a una dida, cal que vetlli tant per la salut de la criatura com per la de la dida. No deixar-li menjar embutits, picants, caça, excitants de qualsevol mena, i especialment alcohol, alls, cebes, espàrrecs, cols, créixens, formatges forts, carns no fresques, etc.