



# በክትባት ጊዜ ልጅዎን እንዴት እንደሚይዙ

ምቹ አያያዞች ልጅዎ ክትባት በሚወስድበት ጊዜ ጭንቀትን ለመቀነስ እና እንቅስቃሴን ለመከላከል ሊረዳ ይችላል። ሀሳብን ከመበተን፣ ተረቶችን ከመናገር፣ ከመዘመር ወይም በጥልቀት ከመተንፈስ በተጨማሪ፣ ምቹ አያያዞች የክትባት ሂደቱን ቀላል ያደርጋሉ።

ከዚህ በታች ልጅዎን እንዴት እንደሚይዙ የተወሰኑ ምክሮችን ያገኛሉ። የጤና እንክብካቤ አቅራቢዎ ክትባት በሚሰጥበት ጊዜ የተለየ አያያዝ ሊመከር ይችላል።

## ጃርባን በደረት (ፊት ለፊት) የምቹት አያያዝ

- ልጅዎን ጭንቀት ላይ በማድረግ ሲቀመጡ ፊቱን ከእርስዎ በተቃራኒ አድርገው ይያዙ።
- ክንዶችዎን በልጅዎ ፊት ለፊት በማጣመር የቀኝ ክንዱን በግራ እጅዎ እንዲሁም የግራ ክንዱን በቀኝ እጅዎ በመያዝ በሂደቱ ወቅት ልጅዎን ይቀፉ።
- የልጅዎን ሁለቱንም እግሮች በታፋዎ ውስጥ አስገብተው በልጅዎ እግር ላይ የእርስዎን እግር ያጣምሩ።
- የሚንቀሳቀስ ከሆነ ፊትዎን እንዳይመታዎት የልጅዎን ጭንቅላት በጥንቃቄ ይመልከቱ።



## ደረት ለደረት (ማንፈራጠጥ ወይም ማቀፍ) የምቹት አያያዝ

- ልጅዎ ፊትዎን ወደ እርስዎ አዙሮ ጭንቀት ላይ እንዲቀመጥ ያድርጉ እና የልጅዎን እግሮች በወገብዎ ላይ ይጠምጥሙ።
- የእርስዎን ክንዶች በልጅዎ የታችኛው አንገት ዙሪያ ይጠምጥሙ።
- የልጅዎን ክንዶች በወገብዎ ዙሪያ ይጠምጥሙ እንዲሁም በክንዶችዎ ስር ጥብቅ አድርገው ይያዙባቸው።
- ልጅዎ ጭንቅላታቸውን በእርስዎ ትኩሻ ላይ ማድረግ እንዲሁም ከሂደቱ ጭንቅላታቸውን ማዘር ይችላሉ።
- የልጅዎ ክንዶች ከእርስዎ ጀርባ ሙሉ በሙሉ የሚደርሱ ከሆነ፣ ከወንበሩ ጀርባ ጋር በስሱ ይጫኑባቸው።



## የጎንዮሽ የምቹት አያያዝ

- ልጅዎ ጭንቀት ላይ በጎን በኩል እንዲቀመጥ ያድርጉ።
- ለእርስዎ ቅርብ የሆነውን የልጅዎን ክንድ በእርስዎ ጀርባ ዙሪያ ይጠምጥሙ እንዲሁም ከወንበሩ ጀርባ ጋር በስሱ ይጫኑ።
- በልጅዎ ጀርባ ዙሪያ ክንድዎን ይጠምጥሙ እንዲሁም የላይኛውን ክንድ ይያዙ።
- የቀረውን እጅዎን ክንዱን እና እግሮቹን ለመያዝ ይጠቀሙ።



## የጎን ለጎን የምቹት አያያዝ

- ከልጅዎ ጎን ይቀመጡ እንዲሁም ክንዶችዎን በልጅዎ ትኩሻዎች ዙሪያ ይጠምጥሙ።
- ወደ እርስዎ አስጠግተው ይያዙባቸው።
- የልጅዎን ክንዶች በእርስዎ ጀርባ ዙሪያ ይጠምጥሙ እንዲሁም ከወንበሩ ጀርባ ጋር በቀስታ ይጫኑ።
- ክንዶችዎን በሰውነትዎ ይያዙ።

