



جمهورية السودان  
وزارة الصحة الاتحادية



## كُرت الطريق إلى الصحة

الرقم المتسلسل: ..... تاريخ إستخراج الكرت: .....

الولاية: .....

المحلية: .....

إسم المؤسسة الصحية: .....

إستراتيجية تقديم خدمة التحصين:

ثابت ☐ فرعي ☐ جوال ☐

البيانات الشخصية:

إسم الطفل رباعي: ..... النوع: .....

تاريخ الميلاد: ..... عمر الطفل: .....

شهادة الميلاد: توجد ☐ لا توجد ☐

مكان الولادة: .....

القياسات عند الولادة: ..... الوزن: ..... الطول: .....

الأمراض المزمنة بالأسرة إن وجدت: .....

السكن: .....

تلفون المعنتي بالطفل: .....

تلفون المركز / الفني إن وجد: .....

عزيزتي الأم:

شكرا لزيارتك للمركز وحرصك على التطعيم ومتابعة نمو طفلك.

راجعى مع العامل الصحي مواعيد. نوع ومكان الجرعة القادمة وزيارة

متابعة النمو.

إحرصى على إكمال الجرعات المقررة لك ولطفلك.

تعرفى على الآثار الجانبية المحتملة وكيفية التعامل معها.

إحرصى على الإحتفاظ بالكُرت وإحضاره عند كل زيارة لك ولطفلك.

هذا الكُرت وثيقة مهمة يجب المحافظة عليها وتقديمها عند الطلب.

## تطعيمات الأطفال

الفاح/العمر	عند الولادة	٦ أسابيع	١٠ أسابيع	١٤ أسبوع	٥ شهور	٦ شهور	٧ شهور	٩ شهور	١٨ شهر
المل جرعة واحدة									
إلتهاب الكبد (ب)									
شلل الأطفال ٤ جرعات									
شلل العضلي جرعتان									
الحماسي ٣ جرعات									
المكورات الرئوية ٣ جرعات									
السرونا ٣ جرعات									
السحائي البكتيري النمط (أ) جرعة واحدة									
الحصبة / الحصبة الألمانية جرعتان									
الحمى الصفراء جرعة واحدة									
المالاريا ٤ جرعات									



التطعيم يحمي طفلك من الأمراض التي يمكن الوقاية منها بالتطعيم

تلفون إدارة التحصين بالولاية: ..... تلفون إدارة التغذية بالولاية: .....

## تطعيمات الأطفال

نوع اللقاح	الجرعة	تاريخ الجرعة	العمر
البي سي جي (السل)	جرعة واحدة		
إلتهاب الكبد (ب)	جرعة واحدة		
الشلل الفموي	الجرعة الصفيرية *		
	الأولى		
	الثانية		
الشلل العضلي	الأولى		
	الثانية		
	الثالثة		
الخماسي	الأولى		
	الثانية		
	الثالثة		
المكورات الرئوية	الأولى		
	الثانية		
	الثالثة		
الروتا	الأولى		
	الثانية		
	الثالثة		
السحائي البكتيري النمط (أ)	جرعة واحدة		
الحمى الصفراء	جرعة واحدة		
الحصبة / الحصبة الألمانية	الأولى		
	الثانية		
	الثالثة		
المالاريا	الأولى		
	الثانية		
	الثالثة		
ناموسية	ناموسية واحدة **		

\* التطعيم بالجرعة الصفيرية من عمر يوم واحد وحتى أسبوعين فقط.

\*\* تعطي ناموسية واحدة مع الجرعة الأولى من لقاح الحصبة.

مواعيد الجرعات التالية:

نوع اللقاح	التاريخ

## إرشادات التغذية

### من اليوم الأول الى ٦ شهور

\* ارضعي الطفل حسب رغبته ليلاً و نهاراً على الأقل ٨ مرات يوميا

\* لا تعطيه اي شراب او طعام اخر حتى الماء

### بداية الشهر ٧ الى اقل من ٩

\* ارضعي الطفل حسب رغبته نهاراً و ليلاً على الأقل ٨ مرات يوميا .

\* ادخلي الأطعمة التكميلية تدريجياً بنوع واحد في البداية ، اعط الطفل أولاً سائل ثم شبه سائل ثم الأطعمة المهروسة بعد ازالة القشور ، البذور ، الألياف .

\* اعط الطفل كميات قليلة من الأطعمة التكميلية ٤ مرات يومياً تبدأ بإعطائه ملعقة صغيرة او اثنين مع زيادة الكمية تدريجياً بالإضافة للرضاعة الطبيعية .



\* بقوليات مهروسة ( فول مصري ، لوبيا ، عدس )



\* نشويات ( كستر ، أرز ، موز ، بطاطس مسلوقة ، بسكويت مع هرسه جيداً ) .

\* بروتينات ( صفار البيض المسلوقة )

\* خضروات مهروسة و مصفاة ( عصير طماطم مع اضافة قليل من الماء )

\* فواكه مهروسة جيداً ( عصير البرتقال او ليمون مع اضافة قليل من الماء )

\* اذا كان الطفل لا يرضع رضاعة طبيعية ولا يمكن ان يرضع طبيعياً ، اعطه ١-٢ كوب حليب معدل ، زائد وجبتين اضافيتين .

### بداية الشهر التاسع الى اقل من ٢٤ شهر

\* ارضعي الطفل حسب رغبته .

\* اعط الطفل وجبات كافية و متقاربة ٦-٥ مرات يوميا .

\* نشويات : ( رغيف ، أرز مع ملاح خالي من البهارات و البذور و الألياف )

\* بروتينات : ( لحم مفروم ، شموط ، دجاج ، سمك ، فول مصري ، عدس ، لوبيا



\* خضروات و فواكه مهروسة .

\* دهون : اضع ملعقة او ملعقتين من الزيت الى طعام الطفل .

### ٢٤ شهر فاكش

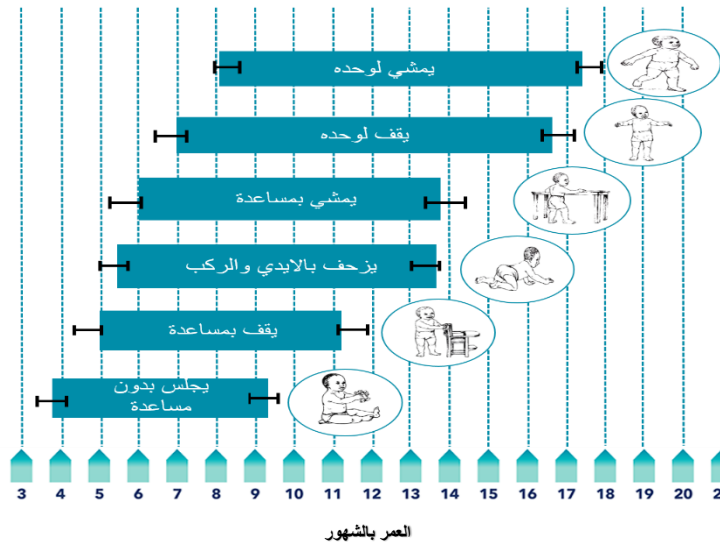
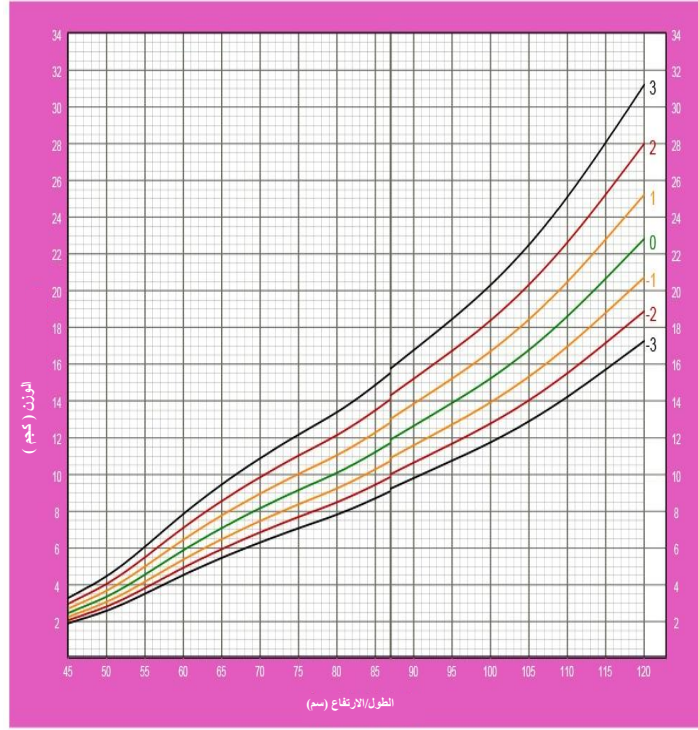
\* اعط الطفل غذاء الاسرة العادي ٣ مرات يوميا

\* اعط وجبتين مغذيتين بين الوجبات الرئيسية ، لبن طازج او منتجاته ، فواكه ،

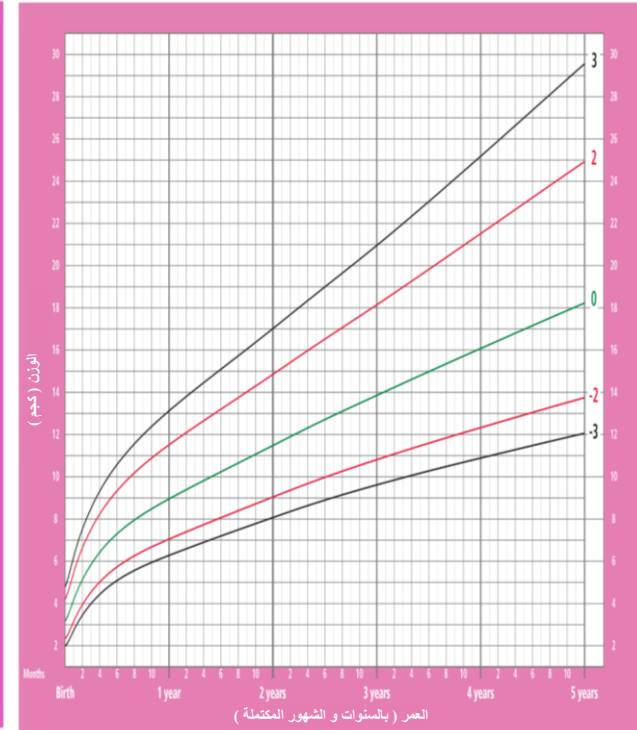
خضروات

واظبي على متابعة نموها في اقرب وحدة صحية

## الوزن للطول بنات من ٥-٠ سنوات



## الوزن للعمر بنات من ٥-٠ سنوات



## الطول / الارتفاع للعمر بنات من ٥-٠ سنوات

