신생아 목욕 순서 카드

냉장고나 욕실 문에 붙여 두고 순서대로 해요.

손 닿는 곳에 준비해요

- 아기용 바디워시 · 샴푸
- 부드러운 수건 2장
- 따뜻한 물 담은 그릇
- 면봉 또는 솜
- 로션
- 기저귀와 갈아 입힐 옷

물 온도와 시간

- **물 온도 37~38도**
  아이사랑 신생아 안전 안내
- **물 온도 38~40도**
  서울아산병원 · 인구보건복지협회 안내
- **온도계나 팔꿈치로 확인해요**
- **목욕 시간은 5~10분**

1 얼굴 닦기

옷 벗기기 전, 젖은 수건으로 눈부터 안쪽에서 바깥쪽으로, 눈마다 새 면으로

2 머리 감기기

척추를 손으로 받치고 머리를 살짝 뒤로, 샴푸는 조금만 쓰고 깨끗한 물로 헹궈요

3 몸 닦기

바디워시 묻힌 수건으로 목 · 팔 · 다리 · 손 · 발 · 기저귀 부위

4 말리기와 보습

주름진 곳까지 꼼꼼히 말리고 바로 보습제를 발라요

보호자가 해요

- 목욕하는 동안 잠깐이라도 아기를 혼자 두지 않아요.
- 전화를 받거나 문을 열어야 하면 아기를 데리고 가요.

우리 아기 목욕 메모 (좋아하는 것 · 싫어하는 것)

신생아 목욕 기록표

목욕한 날마다 한 줄씩 적어요.

얼마나 자주

- 일주일에 2~3번이면 신생아를 깨끗하게 지키기에 충분해요(아이사랑). 아기가 정말 좋아하면 하루 한 번도 돼요.
- 얼굴 · 목 · 손 · 기저귀 부위는 매일 깨끗이 닦아요.

아이 이름 _____ **태어난 날** _____

날짜	시각	물 온도 (도)	목욕 시간 (분)	보습	배꼽 · 피부 모습	메모
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		
/				☐		

이럴 땐 소아청소년과

- 탯줄 둘레 피부가 붉어지거나 노란 분비물이 보이면 소아청소년과에 연락해 주세요(AAP).