

# 갓난 아기를 목욕시키는 방법

## How to Bathe Your Newborn Baby

You will not need to bathe your baby every day. A bath of the whole body can be given 3 to 4 times a week. On the other days, wash the hands, feet and diaper area with soap and water. Wash the face with water only. Special care is needed until the umbilical cord area and circumcised penis have healed:

- Do not give your baby a tub bath until the umbilical cord falls off and the area is healed. The cord usually falls off in 10 to 14 days. Until this happens, give your baby a sponge bath.
- If your baby boy has been circumcised, **do not** give him a tub bath until the circumcision heals. Gently clean the penis with warm water each day.

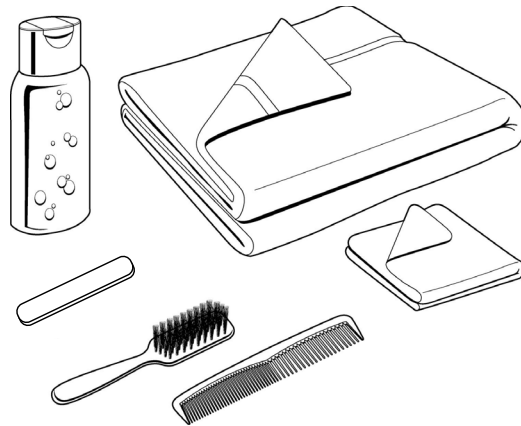
아기를 매일 목욕시킬 필요가 없습니다. 아기 전신 목욕은 일주일에 3~4 번 정도 할 수 있습니다. 다른 날에는 비누와 물로 손, 발, 기저귀 부위를 씻어 주십시오. 얼굴은 물로만 씻어 주십시오. 탯줄 부위 및 할례된 음경이 치유될 때까지 각별한 주의가 필요합니다.

- 탯줄이 떨어져 그 부위가 치유될 때까지 아기에게 욕조 목욕을 시키지 마십시오. 탯줄은 보통 10일에서 14일 후에 떨어집니다. 이 때까지는 아기에게 스폰지 목욕을 시켜도 됩니다.
- 만약 아기가 할례를 받았다면, 할례가 치유될 때까지 욕조 목욕을 시키지 마십시오. 매일 따뜻한 물로 음경을 부드럽게 씻어주십시오.

### Supplies

- Soft wash cloth
- Bottle of baby wash
- Towels
- Container filled with water, if you are not near a sink
- Diaper
- Clothes
- Blanket
- Comb or hair brush
- Nail file

### 용품들



- 부드러운 세척 걸레
- 아기 세척 병
- 수건
- 싱크대가 가까이 없는 경우 물을 담은 용기
- 기저귀
- 옷
- 담요
- 빗 또는 솔빗
- 손톱줄

## Safety Tips

- The temperature of the water should be 100 degrees F or 37 degrees C to prevent chilling or burning. If you do not have a bath thermometer, use your wrist to test the water. It should feel warm, not hot.
- The room should be free of drafts, such as open windows or fans.
- **Never leave your baby alone**, even for a second. If the telephone rings or someone knocks on the door ignore it and finish the bath. Accidents can occur quickly.
- Always support the baby's head during the bath. Keep a firm hold on your baby. A soapy baby can be very slippery.

## How to Bathe Your Baby

You can use a sink basin or infant tub. It is best to bathe your baby before a feeding.

- Arrange all of your supplies within easy reach.
- Wash your hands.
- Fill the basin or infant tub with warm water.
- Test the water for the correct temperature.
- Undress your baby and place him or her in the basin of water or on the folded towel if a sponge bath is being given.
- Use only water and a clean washcloth to clean the area around the eyes. Begin with the inside of the eye and wash toward the ear. Use a clean part of the washcloth and wash the other eye.
- Wash your baby's face with water only.
- Use your little finger tucked inside a wet washcloth to clean the ears. Never use cotton swabs, like Q-tips, inside your baby's ear.

## 유용한 안전 팁

- 물의 온도는 화씨 100도 또는 섭씨 37도여야 오싹하거나 데는 것을 방지할 수 있습니다. 만약 여러분이 목욕 온도계가 없다면, 손목으로 물 온도를 검사하십시오. 뜨겁지 않고 따뜻하게 느껴져야 합니다.
- 방에는 열려 있는 창문이나 선풍기 같은 외풍이 없어야 합니다.
- 잠깐이라도 절대 아기를 혼자 두지 마십시오. 전화벨이 울리거나 누군가가 문을 두드린다고 해도 무시하고 목욕을 끝마치십시오. 사고는 갑자기 일어날 수 있습니다.
- 목욕 중에는 항상 아기의 머리를 받쳐 주십시오. 항상 아기를 꼭 잡아 주십시오. 비누 투성이의 아기는 매우 미끄러울 수 있습니다.

## 갓난 아기를 목욕시키는 방법

세면대나 유아용 욕조를 사용할 수 있습니다. 아기에게 먹기 전에 아기를 목욕시키는 것이 가장 좋습니다.

- 모든 용품을 손이 쉽게 닿는 곳에 두십시오.
- 손을 씻으십시오.
- 세면대나 유아용 욕조에 따뜻한 물을 채우십시오.
- 물의 온도가 적당한 지 검사하십시오.
- 스폰지 목욕을 시킨다면 아기의 옷을 벗기고 물 대야나 접힌 수건 위에 아기를 놓으십시오.
- 눈가 주변을 깨끗이 청소할 때는 물과 깨끗한 수건만 사용하십시오. 눈 안쪽부터 시작해서 귀쪽으로 씻으십시오. 수건의 깨끗한 부분으로 다른 쪽 눈을 씻으십시오.
- 아기 얼굴은 물로만 씻어주십시오.
- 젖은 수건 안에 새끼 손가락을 넣어 귀를 청소해 주십시오. 아기의 귀에 큐팁과 같은 면봉은 절대 사용하지 마십시오.

- To wash your baby's hair, tilt the head back while supporting the head and neck. Wet your baby's head with water. Add some baby wash to a damp washcloth and work up a lather. Apply the lather to your baby's head. Gently rub the lather over the head from front to back to keep suds out of the eyes. Rinse the head with clean water and pat dry with a towel.



- To wash the baby's body, work up a lather with the washcloth. Start with your baby's neck and wash the back, stomach, arms, and fingers. Rinse the washcloth, then rinse the area just washed with water. Repeat the rinsing and lathering of the washcloth and clean the legs and feet.

- Clean your baby's diaper area last. Clean this area beginning with the front, and then move towards the buttocks.

- For girls, clean the genitals from front to back. This avoids getting stool into the opening leading to the bladder, which may cause an infection.



- 아기의 머리를 감아 주시려면 머리와 목을 받치면서 머리를 뒤로 젖히십시오. 아기 머리를 물로 적셔 주십시오. 젖은 수건에 베이비 워시를 넣고 거품을 내십시오. 거품을 아기의 머리에 바르십시오. 비누 방울이 눈가에 들어가지 않도록 앞쪽에서 뒤쪽으로 부드럽게 문지르십시오. 깨끗한 물로 머리를 헹구고 수건으로 가볍게 두드려 말리십시오.
- 아기의 몸을 씻기 위해 수건을 거품에 담궈 씻어 주십시오. 아기의 목부터 시작해서 등, 배, 팔, 손가락을 씻어주십시오. 수건을 헹구고, 그냥 물로 씻은 부분을 헹구십시오. 수건의 행굼과 거품 내기를 반복해서 하면서 다리와 발을 깨끗히 씻어 주십시오.
- 마지막으로 아기의 기저귀 부위를 씻어 주십시오. 이 부위를 앞쪽에서부터 청소한 다음 엉덩이 쪽으로 이동하십시오.
  - 여자 아기인 경우 생식기를 앞쪽에서 뒤쪽으로 씻어내십시오. 이렇게 해야 방광으로 통하는 개구부로 대변이 들어가는 것을 방지하여 감염을 차단할 수 있습니다.

- For boys, gently wash the penis with baby wash and water. If your baby is not circumcised, do not pull back the foreskin on the penis to clean it.
- Rinse and dry your baby with a clean soft towel.

### After the Bath

- Dry your baby well. Do not use powders or oils on your baby's body.
- Dress your baby.
- Comb or brush your baby's hair.
- Clean your baby's fingernails and toenails with a washcloth. Keep your baby's nails short to prevent scratches. It is best to use a nail file (emery board) instead of trimming or cutting. Do not file on the baby's skin.

**Talk to your baby's doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

- 남자 아기의 경우 베이비 워시와 물로 음경을 부드럽게 씻어 주십시오. 아기가 할례를 하지 않은 경우, 음경의 포피를 잡아당겨 씻어내지 마십시오.
- 깨끗한 부드러운 수건으로 아기를 씻어내고 건조시키십시오.

### 목욕 후

- 아기를 잘 건조시키십시오. 아기의 몸에 파우더나 오일을 사용하지 마십시오.
- 아기 옷을 입혀주십시오.
- 아기의 머리를 빗어주거나 솔질해 주십시오.
- 아기의 손톱과 발톱을 수건으로 닦아주십시오. 아기가 자기 손톱으로 긁지 않도록 손톱을 짧게 깎아 주십시오. 다듬거나 자르는 대신 손톱 줄 (에머리 보드)을 사용하는 것이 가장 좋습니다. 아기의 피부를 쏘지 마십시오.

**질문이나 걱정이 있으면 의사나 간호사와 상담하십시오.**