

نکات مهم در مراقبت از نوزاد

* قبل از هر تماس با نوزاد دستهای خود را با آب و صابون بشویید. شیر دهی باید طی یک ساعت اول بعد از زایمان طبیعی و یا بلافاصله بعد از به هوش آمدن در سزارین با کمک ماما یا پرستار در اتاق زایمان انجام گیرد هرچه تغذیه با شیر مادر زودتر شروع شود شانس موفقیت در شیردهی بیشتر است.

* در روزهای اول زندگی شیر مادر که آغوز نامیده می شود حاوی مواد ایمنی را می باشد و نوزاد را در برابر بسیاری از عوامل بیماری زا ایمن می کند. نوزادان باید با توجه به میلشان با شیر مادر تغذیه شوند.

* در ساعات اولیه بعد از تولد هنوز شیر مادر به خوبی جریان پیدا نکرده است ، این مسئله در نوزادان مادران سزارینی جدی تر است. هرچه مکیدن نوزاد بیشتر باشد ، شیر مادر زودتر جریان می یابد. نوزاد طی بیست و چهار ساعت اول بعد از تولد ادرار می کند. اولین مدفوع نوزاد که مکونیوم نام دارد و سیاه و قیری می باشد در چهل و هشت ساعت اول تولد دفع می شود عدم دفع ادرار و مدفوع در زمان های ذکر شده بایستی جدی تلقی شود و به پزشک اطلاع داده شود.

* از مصرف دارو به صورت خود سرانه در هفته های اول بعد از تولد جهت آرام کردن گریه ی نوزاد پرهیز شود.

* از مصرف داروهای گیاهی مثل ترنجبین ، شیرخشت و خاکشیر اجتناب شود. مصرف این داروها بعضاً سبب بیحالی ، اسهال و کم آبی بدن نوزاد می شود.

* قنداق کردن سبب افزایش شیوع در رفتگی مادرزادی مفاصل لگن ، سوختگی ناحیه کهنه و احتمالاً عفونت ادراری در نوزادان دختر و لاغری عضلات پا می شود. انحنای ساق پا در شیرخواران طبیعی است و با قنداق کردن پیشگیری نمی شود.

* درجه حرارت مناسب اتاق شیرخوار در حد متوسط ۲۵ تا ۲۷ درجه سانتیگراد می باشد. نوزاد لباس کامل داشته باشد . گرم کردن بیش از این نه تنها از سرماخوردگی جلوگیری نمی کند ، بلکه سبب افزایش درجه حرارت بدن نوزاد ، کاهش آب بدن نوزاد گاه سبب بیحالی و حتی مرگ می شود. . پوشش نوزاد مناسب باشد و در معرض باد کولر نباشد.

* استفاده از الکل و بتادین روی بند ناف توصیه نمی شود . نباید بند ناف زیر کهنه نوزاد قرار گیرد. گذاشتن مواد غذایی مثل خمیر روی ناف سبب افزایش شیوع عفونت ناف می شود . بند ناف نوزاد ۱۰ الی ۲۱ روز بعد از تولد می افتد . وجود مقادیر جزئی خون در محل ناف طبیعی است ، ولی خون ریزی های بیشتر و مداوم باید بررسی شود.

* ترشحات بد بو و ادامه دار ، قرمزی وسیع اطراف ناف و ورم اطراف ناف نشانه عفونت ناف است و باید سریعاً به پزشک مراجعه شود، ولی ترشحات جزئی ناف که لباس زیر نوزاد را کثیف می کند و قرمزی مختصر ناف ، به طور شایعی دیده می شود و نشانه ی مهمی نمی باشد.

* در نوزادان دختر وجود ترشحات شیری رنگ و حتی خون ریزی مختصر در ناحیه تناسلی به علت قطع منبع هورمونی مادر طبیعی است.

* تورم پستان های نوزاد و حتی ترشحات شیری از پستان ها طبیعی است و به علت تغییرات هورمونی می باشد و به تدریج بر طرف می گردد از فشار دادن و دوشیدن پستان ها باید به طور جدی اجتناب شود . در صورت قرمزی و حساسیت همراه تورم پستان ها سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی دزفول
بیمارستان دکتر گنجویان
آموزش به خانواده

توصیه های پس از ترخیص نوزاد



بازنگری زمستان ۱۴۰۰

دفتر آموزش سلامت همگانی

تلفن پیغامگیر آموزش سلامت: ۰۶۱-۴۲۴۲۷۱۵۰

تلفن بیمارستان: ۰۶۱-۴۲۴۲۲۰۴۱-۹

آدرس سایت: <http://ghospital.dums.ac.ir>

تایید پزشک متخصص

کد: ۱۷۷

* واکسن (ب ث ژ) روی بازوی چپ نوزاد شما تزریق می شود. ماساژ و فشار بروی محل تزریق داده نشود. استحمام نوزاد پس از تزریق واکسن ب ث ژ بعد از ۲۴ ساعت بلا مانع است.

* واکسن های بعدی نوزاد در سن دو ماهگی می باشد که باید برای انجام واکسیناسیون به مرکز بهداشتی مراجعه شود.

* دادن آب و آب قند (یا هر نوع دم کرده و آبمیوه) به نوزاد ممنوع است.

* نوزادان باید با توجه به میل شان با شیر مادر تغذیه شوند. اغلب نوزادان هر دو تا سه ساعت یک بار شیر میخورند. معمولاً شیردهی باید ۸ الی ۱۲ بار در یک شبانه روز انجام شود. (خیس کردن ۶-۸ پوشک در ۲۴ ساعت از نشانه های شیر خوردن کافی نوزاد می باشد). در صورت استفراغ جهنده، تب، بی حالی، عدم شیر خوردن سریعاً نوزاد خود را به مراکز درمانی ببرید.

✓ **همشهریان دزفول و حومه روز چهارم بعد از تولد جهت انجام تست تیروئید و شنوایی سنجی به مرکز رفیعیان واقع در بهاران ۲ جنب کلاتری ۱۳ مراجعه نمایند. سایر بیماران به مراکز موجود در شهر خود مراجعه نمایند.**

منبع: بسته خدمتی مراقبت از نوزاد سالم (وزارت بهداشت) و کتاب ایمن سازی مصوب کمیته کشوری
مشاور علمی: دکتر عباس احمدی (فوق تخصص نوزادان)
تهیه کننده: الهه جرجانی سوپروایزر آموزش سلامت

* می توان با استفاده از پنبه و آب ولرم پوست نوزاد را تمیز کرد.

* استحمام باید در حمام صورت گیرد. باید از حمام کردن نوزاد در حمام مه آلود که نوزاد دیده نمی شود پرهیز گردد و دوزمان حمام نباید طولانی مدت شود زیرا سبب خستگی نوزاد می شود. دمای آب حمام ۳۷ درجه باشد.

* زمان مناسب برای ختنه نوزاد پسر می تواند حدود دو ماهگی بعد از تولد باشد در یک ماه اول تولد و تا ثبات شرایط عمری نوزاد نباید ختنه انجام شود.

* نوزادان بایستی دو تا سه روز بعد از تولد برای معاینه (بخصوص از نظر زردی) به پزشک متخصص کودکان مراجعه نمایند.

* روز ۳-۵ بعد از تولد زمان مراجعه برای انجام تست غربالگری (که از نظر کم کاری مادرزادی تیروئید است) و شنوایی سنجی.

* واکسیناسیون بدو تولد نوزاد شما در این مرکز انجام شده است که شامل واکسن هپاتیت ب در ۲۴ ساعت اول بدو تولد تزریق شده و قطره فلج اطفال (خوراکی) و واکسن ب ث ژ که در هنگام ترخیص داده می شود.