

## نکات مهم در مراقبت از نوزاد

شیردهی باید طی نیم 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 هر چه تغذیه با شیر مادر زوتر شروع شود شانس موفقیت در شیردهی بیشتر است.

در روزهای اول زندگی شیر مادر که آغوز نامیده میشود حاوی مواد ایمنی زایمی باشد و نوزاد را در برابر بسیاری از عوامل بیماری زای ایمن میکند. نوزادان باید با توجه به میل شان با شیر مادر تغذیه شوند.

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



گریه نوزاد در روزهای اول بعد از تولد اغلب به علت گرسنگی یا سایر علل مثل دردهای قولنجی شکم کمتر احتمال داده می شود، لذا از مصرف داروهای مثل گریپ میکسچر در هفته های اول بعد از تولد پرهیز شود.

از مصرف داروهای گیاهی مثل ترنجبین، شیرخشت و خاک شیر اجتناب شود. مصرف این داروها بعضا سبب بیحالی، اسهال و کم ایی بدن نوزاد میشود.



قنداق کردن سبب افزایش شیوع درفتگی مادرزادی مفاصل لگن، سوختگی ناحیه کهنه و احتمالا عفونت ادراری در نوزادان دختر و لاغری عضلات پا میشود. انحنای ساق پا در شیر خواران طبیعی است و با قنداق کردن پیشگیری نمی شود.

درجه حرارت مناسب اطاق شیرخوار در حد ۲۲ تا ۲۷ (متوسط ۲۴ تا ۲۵) درجه سانتیگراد می باشد گرم کردن بیش از این نه تنها از سرما خوردگی جلوگیری نمیکند، بلکه سبب افزایش درجه حرارت بدن نوزاد، کاهش آب بدن نوزاد و گاه سبب بیحالی و حتی مرگ می شود.



استفاده از الکل و بتادین روی بند ناف توصیه نمیشود. نباید بند ناف زیر پوشک نوزاد قرار گیرد. گذاشتن مواد غذایی مثل خمیر روی ناف سبب افزایش شیوع عفونت ناف میشود. بند ناف نوزاد تا روز ۱۰ الی ۱۲ بعد از تولد می افتد. وجود مقادیر جزئی خون در محل ناف طبیعی است، ولی خونریزی های بیشتر و مداوم باید جدی تلقی شود. ترشحات بدبو و ادامه دار، قرمزی وسیع اطراف ناف و ورم اطراف ناف نشانه عفونت ناف است و باید سریعا به پزشک مراجعه شود، ولی ترشحات جزئی ناف که لباس زیر نوزاد را کثیف میکند و قرمزی مختصر ناف، بطور شایعی دیده میشود و نشانه مهمی نمی باشد.

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





یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

## توصیه پس از ترخیص نوزاد

کد محتوا: ۲۴۷



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

- + واکسن سل (ب ث ژ) هنگام ترخیص نوزاد ، ترخیص مادر انجام می شود
- + واکسن (ب ث ژ) روی بازوی راست نوزاد شما تزریق میشود
- + واکسن های بعدی نوزاد در سن دو ماهگی میباشد که باید برای انجام واکسیناسیون به مرکز بهداشتی مراجعه شود.
- + دادن آب و آب قند(یا هر نوع دم کرده و آب میوه) به نوزاد ممنوع است.
- + نوزادان باید با توجه به میل شان با شیر مادر تغذیه شوند. اغلب نوزادان هر دو تا سه ساعت یکبار شیر می خورند. معمولاً شیردهی باید ۸الی ۱۲بار در یک شبانه روز انجام شود.
- + تورم پستان های نوزاد و حتی ترشحات شیری از پستانها طبیعی است و به علت تغییرات هورمونی می باشد و به تدریج بر طرف میگردد. از فشار دادن و دوشیدن پستانها باید به طور جدی اجتناب شود. در صورت قرمزی و حساسیت همراه تورم پستانها سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.

تهیه کننده : نرگس کاظمی "کارشناس پرستاری"  
منبع: حیدر زاده و همکاران ، مراقبت آغوشی مادر و نوزاد ، اداره سلامت نوزادان ۱۳۹۱

۲. Essential new born care .report of a Technical Working Group 2010 .Geneva World Health Organization ,2007

مشاور علمی : دکتر مجید محمدی زاده "متخصص نوزادان"  
طراحی و تدوین : محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"  
بروز رسانی کبری حیدری "کارشناس پرستاری" دفتر آموزش سلامت الزهرا (س ،) مرداد ۱۳۹۹

- + اولین استحمام شیرخوار بهتر است بعد از خشک شدن بند ناف انجام شود. تا آن زمان می توان با استفاده از پنبه و آب گرم پوست نوزاد را تمیز کرد. استحمام دو تا سه بار در هفته توصیه میشود. مواد شوینده بیش از دو بار در هفته استفاده نشود.
- + استحمام باید در حمام صورت گیرد. باید از حمام کردن نوزاد در حمام مه آلود که نوزاد دیده نمیشود پرهیز نمود و نباید طولانی مدت شود زیرا سبب خستگی نوزاد میشود .
- + زمان مناسب برای ختنه نوزاد پسر میتواند حدود یک ماهگی بعد از تولد باشد. در یک تا دو روز 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 ۴-۵ بعد از تولد زمان مراجعه برای انجام تست غربالگری (که از نظر کم کاری مادرزادی تیروئید و بیماری فنیل کتونوری است) را انجام می دهند. لیست مراکز انجام تست غربالگری الصاق به کارت واکسیناسیون می باشد.
- + واکسیناسیون بدو تولد نوزاد شما در این مرکز انجام شده است که شامل واکسن هیپاتیت ب (روی ران راست) تزریق شده و قطره فلج اطفال (خوراکی) میباشد