

آموزش و راهنمایی پس از ترخیص نوزاد



کدمحتوا: 4

تهیه و تنظیم :

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری 1400

کلیه نوزادانی که دچار زردی می شوند حتی

اگر حال عمومی کاملاً خوبی داشته باشند

لازم است در اولین فرصت توسط پزشک معاینه شوند

مراحل حمام کردن نوزاد در وان:

- نوزاد را زیر بغلتان نگه داشته و سر او را بالای وان قرار دهید.
- سر او را کمی خیس کرده و مقداری شامپو بچه روی سرش بریزید با حرکات چرخشی به آرامی سر نوزادتان را بشویید. وقتی سر کودک را آب کشیدید با حوله سرش را خشک نمائید.
- در حالیکه با یک دست زیر سر و شانه ها و با دست دیگر پاها و باسن نوزاد را گرفته اید او را به آرامی در داخل وان قرار دهید.
- در حین حمام کردن نوزاد یک دست خود را زیر سر و بغل او قرار دهید تا سر همواره خارج از وان قرار گیرد با دست دیگرتان تمام قسمت‌های بدن کودک‌تان را بشویید.



بند ناف :

- ✓ بند ناف می تواند محلی برای انتقال عفونت باشد که بهترین راه پیشگیری از عفونت ، پیشگیری از آلوده شدن بند ناف است.
- ✓ زمان طبیعی افتادن بند ناف بین 5_10 روز پس از تولد می باشد التهاب و عفونت باعث تاخیر در افتادن بند ناف می گردد.
- ✓ اگر بند ناف 3 تا 4 هفته پس از تولد نیفتاد باید شیرخوار از نظر وجود سیستم ایمنی بررسی شود.
- ✓ در صورت آلوده شدن محل ناف به مواد آلوده باید ناف را با آب ولرم و صابون ملایم شست .
- ✓ استفاده از الکل نه تنها نقشی در پیشگیری از عفونت ندارد بلکه افتادن بند ناف را به تاخیر می اندازد.

بهترین روش پیشگیری از عفونت ناف عبارتند از:

- ✓ دستها قبل از مراقبت شسته شود.
- ✓ از تماس مواد آلوده و مدفوع با ناف پیشگیری شود.
- ✓ از ناف بند استفاده نشود.
- ✓ پوشک و کهنه زیر بند ناف بسته شود.
- ✓ بند ناف تمیز و خشک نگهداری شود.



نکات مهم در مراقبت از نوزاد:

شیر دهی باید در 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 زودتر شروع شود شانس موفقیت در شیر دهی بیشتر است.

در زوهای اول زندگی شیر مادر که آغوز نامیده می شود حاوی مواد ایمنی زا می باشد و نوزاد را در برابر بسیاری از عوامل بیماری زا ایمن می کند . 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. هرچه مکیدن نوزاد بیشتر باشد ، شیر مادر زودتر جریان می یابد . نوزاد طی 24 ساعت اول بعد از تولد ادرار می کند.

اولین مدفوع نوزاد که مکنونیوم نام دارد و سیاه و قیری می باشد در 48 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.



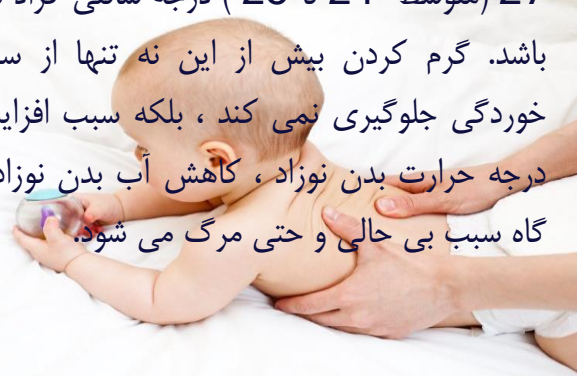
1

گریه نوزاد در روز اول بعد از تولد اغلب به علت گرسنگی یا سایر علل مثل درد های کولیکی شکم کمتر محتمل است ، لذا از مصرف داروهای مثل گریپ میکسچر در هفته های اول بعد از تولد پرهیز شود.

از مصرف داروهای گیاهی مثل ترنجبین ، شیر خشک و خاک شیر اجتناب شود. مصرف این داروها بعضا سبب بی حالی ، اسهال و کم آبی بدن نوزاد می شود.

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

درجه حرارت مناسب اتاق شیرخوار در حد 22 تا 27 (متوسط 24 تا 25) درجه سانتی گراد می باشد. گرم کردن بیش از این نه تنها از سرما خوردگی جلوگیری نمی کند ، بلکه سبب افزایش درجه حرارت بدن نوزاد ، کاهش آب بدن نوزاد و گاه سبب بی حالی و حتی مرگ می شود.



2

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 تا روز 10 الی 12 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 می کند و قرمزی مختصر ناف ، بطور شایعی دیده می شود 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.



3