

دوران نوزادی از هنگام تولد تا یک ماهگی می باشد . در این مدت نوزاد خود را از نظر جسمی و رفتاری با محیط خارج رحم تطبیق می دهد .

دانستن نکات زیر شما عزیزان را در نحوه مراقبت از نوزاد دلبندتان و احتمالاً رفع نگرانیهایتان یاری خواهد کرد .

شیردهی

شیردهی بایستی بلافاصله پس از تولد آغاز گردد . دفعات شیردهی باید بر اساس نیاز و خواسته شیرخوار باشد و نباید هیچ برنامه زمانی برای آن در نظر گرفته شود .

قبل از شیردهی دستهایتان را با آب ولرم و صابون بشوئید ، شستن پستانها فقط یکبار در روز با آب ولرم جهت نظافت پستانها کافی است .

پس از پایان شیردهی باد گلو (آروغ) نوزاد را گرفته و برای جلوگیری از پریدن شیر در گلو نوزاد دلبندتان نوزاد را به پهلوی بخوابانید .



مراقبت از بند ناف

بند ناف باید تمیز و خشک و بیرون از پوشک یا کهنه نوزاد قرار گیرد . از به کار بردن الکل، بتادین یا هر نوع ماده دیگری بر روی بند ناف جدا خودداری کنید .

بند ناف معمولاً ۱-۲ هفته پس از تولد خشک شده و خودبخود می افتد . پس از افتادن آن خروج یک یا دو قطره خون طبیعی است و جای نگرانی ندارد .



دفع ادرار و مدفوع

دفع ادرار (داشتن ۶ عدد یا بیشتر کهنه خیس در یک روز) طبیعی و نشان دهنده کافی بودن میزان شیر مادر است .

اولین مدفوع نوزاد تیره و قیری شکل است و ممکن است تا ۳-۲ روز ادامه داشته باشد بعد از آن بر حسب تعداد دفعات تغذیه با شیر مادر ، به تدریج مدفوع شل تر و رنگ آن زرد رنگ می شود که نباید با اسهال اشتباه گرفته شود .

برای جلوگیری از سوختگی ناشی از ادرار و مدفوع ، پس از هر بار ، پاها و ناحیه تناسلی نوزاد را با آب ولرم شسته و خشک نمایید . بهتر است این نواحی گاهی در معرض هوا قرار گیرند .

نکته :

روزهای اول تولد خروج مختصری ترشح خون آلود از مجرای تناسلی نوزادان دختر طبیعی می باشد و نباید هیچ گونه دستکاری صورت گیرد .

پستانها

پستان بعضی از نوزادان به طور طبیعی بزرگتر از حالت عادی می باشد که خودبخود بهبود می یابد ، از فشار دادن یا ماساژ آن خودداری کنید .

درجه حرارت اتاق نوزاد

درجه حرارت اتاق نوزاد باید متناسب با فصل و طوری باشد که والدین با لباس منزل احساس راحتی کنند (حدود ۲۵ درجه سانتی گراد) در این حالت لباس نوزاد در عین حال که باید سبک و راحت باشد یک عدد از لباس والدین بیشتر باشد .

نکته :

از قرار دادن نوزاد در مجاورت هوای بخاری ، شوفاژ و یا در معرض هوای سرد خودداری کنید .

پرونده بهداشتی

جهت کنترل و مراقبت نوزاد از نظر پایش رشد جسمی و تکاملی ، تغذیه ، بینایی ، شنوایی و ... از روز ۵-۳ پس از تولد با در دست داشتن کارت واکسیناسیون به نزدیکترین پایگاه یا خانه بهداشت محل سکونت خود مراجعه کنید .

مراقبت از نوزاد

(مادر آگاه، کودک سالم و با هوش)



IHH-PE-PA-CD11
واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

شماره تلفن: ۰۸۷۳۸۲۳۶۰۶۸
آدرس وب سایت بیمارستان:

<https://muk.ac.ir/Page?pageId=۲۳>

نکته بسیار مهم:

اهمیت انجام این آزمایش برای پیشگیری از بروز عقب ماندگیهای ذهنی و ضایعات مغزی در نوزاد است.

نکات مهم

۱- اولین معاینه نوزاد روز اول تولد در بیمارستان، توسط پزشک متخصص اطفال صورت می گیرد. زمان ویزیتهای بعدی بر اساس نظر پزشک می باشد، اما بهتر است پس از ترخیص از بیمارستان نوزاد طی ۴۸ ساعت توسط پزشک مجدداً معاینه گردد.

۲- در صورت بروز زردی در نوزاد سریعاً به پزشک مراجعه نمایید. از مصرف هر نوع داروی سنتی (ترنجبین، شیر خشت و...) خودداری نمایید.

۳- از دادن آب قند، نبات داغ، شیر خشک و داروهای خانگی به نوزاد جدا خودداری کنید.

۴- آسایش و آرامش مادر و حمایت اطرافیان به خصوص پدر در موفقیت شیردهی و مراقبت از نوزاد بسیار موثر و مهم است.



زمان سایر مراقبتهای توسط پرسنل بهداشتی برایتان تعیین می شود قطره مولتی ویتامین، قطره آ. د و قطره آهن را طبق دستور پزشک یا مرکز بهداشت برای نوزاد خود شروع کنید.



واکسیناسیون نوزاد

پس از انجام واکسیناسیون روتین بدو تولد، که شامل واکسنهای هپاتیت ب / واکسن ب ث ژ / و قطره فلج اطفال می باشد، سایر واکسنها طبق جدول مربوطه توسط پایگاه یا خانه بهداشت برای نوزاد شما انجام می شود.

آزمایشات غربالگری

آزمایشات غربالگری شامل بیماریهای کم کاری مادرزادی تیروئید و فنیل کتونوری می باشد، جهت انجام این آزمایشات روز ۵-۳ پس از تولد همراه با کارت واکسیناسیون، به مرکز بهداشتی درمانی یا خانه بهداشت تحت پوشش مراجعه کنید. نمونه گیری از پاشنه پای نوزاد انجام می شود.

