

عنوان: تریخی نوزاد



بازنگری: ۱۴۰۰

واحد آموزش به بیمار

۶۷- ۳۲۳۳۲۰۶۵ (داخلی ۲۹۲)



[www.Bimaramozesh.blogfa.com](http://www.Bimaramozesh.blogfa.com)

[Telegram.me/bimar\\_amoresh](https://t.me/bimar_amoresh)

بیمارستان عیسی بن مریم (ع)



کد: B.H.E:177

## مادر گرامی قدم نورسیده مبارک

شیر مادر موهبتی است الهی و بهترین و کاملترین غذا برای نوزادان و کودکان شما تا پایان دوسالگی است.

### نکات مهمی که در مراقبت از نوزاد عزیزتان باید بدانید

شیردهی باید طی نیم ساعت اول بعد از زایمان طبیعی و یا بلافاصله بعد از بهوش 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 شیرمادر 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 میلشان با شیر مادر تغذیه شوند.

در ساعات اولیه بعد از تولد ممکن است هنوز شیر مادر

بخوبی جریان پیدا نکرده باشد، این مسئله در سزارین جدی تر است. هرچه مکیدن نوزاد بیشتر باشد، شیر مادر زودتر جریان می یابد.

نوزادان طی بیست و چهار ساعت اول بعد از تولد ادرار می کنند. اولین مدفوع نوزاد که مکونیوم نام دارد، سیاه و قیری رنگ می باشد و در ۴۸ 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.

گریه نوزاد در روزهای اول بعد از تولد اغلب به علت گرسنگی است و سایر علل مثل دردهای کولیکی شکم کمتر محتمل است، لذا از مصرف 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 بعضاً سبب بی حال، اسهال و کم آبی بدن نوزاد می شود.





قنداق کردن نوزاد، سبب افزایش شیوع در رفتگی مادرزادی مفاصل لگن، سوختگی ناحیه کهنه و احتمالا عفونت ادراری در نوزادان دختر و لاغری عضلات پا می شود لذا توصیه نمی شود. درجه حرارت مناسب اطاق شیرخوار در حد ۲۲ تا ۲۷ (متوسط ۲۴ تا ۲۵) درجه سانتی گراد می باشد. گرم کردن بیش از این میزان نه تنها از سرما خوردگی جلوگیری نمی کند، 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 بندناف 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 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 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 ناحیه تناسلی به علت قطع منبع هورمونی مادر طبیعی است.

اولین استحمام شیرخوار در منزل بهتر است بعد از خشک شدن بندناف 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 می شود. مواد شوینده بیش از دو بار در هفته استفاده نشود.

روز چهارم تا پنجم بعد از تولد زمان مراجعه برای انجام تست غربالگری است. لیست مراکز انجام تست غربالگری الصاق به کارت واکسیناسیون می باشد.

نوزادان باید با توجه به میل شان با شیر مادر تغذیه شوند. اغلب نوزادان هر دو تا سه ساعت یکبار شیر می خورند. معمولا شیردهی باید ۸ الی ۱۲ بار در یک شبانه روز انجام شود.



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

مشاور علمی: خانم دکتر فریده منتظری (متخصص زنان و زایمان)

منبع: هدایت اله صلاح زهی، فنوش خجسته و سیما نظر پور، پرستاری و بهداشت مادران و نوزادان. ۱۳۸۸.