



سال تهیه: زمستان ۱۳۹۵

بازنگری: ۱۴۰۰



Insta: isa-diabet
www.Bimaramozesh.blogfa.com
[Telegram.me/bimar_amozech](https://t.me/bimar_amozech)



کد: B.H.E.70

نکات قابل توجه در مراقبت از نوزاد عبارتند از:

- بهتر است درجه حرارت اتاق ۲۸-۲۵ درجه سانتیگراد و هوای اتاق تازه باشد.
- نوزاد در معرض جریان سریع هوا یا کوران و کنار پنجره نباشد.
- کپنه و ملافه های خیس فوراً تعویض شود.
- برای فهمیدن حرارت بدن نوزاد پاهای او را لمس میکنیم و اگر درجه حرارت بدن نوزاد پایین بود بهتر است با وسیله گرم کننده مناسب اتاق را گرمتر کرد و لباس کافی به نوزاد پوشاند و نوزاد را در آغوش مادر گذاشت.
- اگر با انجام کارهای لازم بدن نوزاد گرم نشد و مخصوصاً علامتهای دیگر مثل بی حالی و کم شدن حرکات نوزاد -گریه ضعیف و مکیدن ضعیف داشت فوراً به پزشک مراجعه شود.
- اگر بدن نوزاد خیلی گرم بود باید پوشش او را کم کرد و اگر با کاهش پوشش نوزاد در عرض ۱۲ ساعت دمای بدن نوزاد پایین نیامد و نوزاد بی حال بود باید سریعاً به پزشک مراجعه شود.
- اگر نوزادی به هر دلیل دچار تب شد حتماً با پاشویه یا آب ولرم و داروی تب بر طبق نظر پزشک تب را کنترل کنید.
- در صورت تشنج نوزاد، نوزاد را به پهلو بخوابانید و هیچ ماده خوراکی یا آب حین تشنج داده نشود.

مراقبتهای مورد نیاز نوزاد

۱- مراقبت از بند ناف

- زمان افتادن بند ناف نوزاد معمولاً در عرض دو هفته اول است و در صورتیکه در طی چهار هفته اول بند ناف نوزاد نیفتد لازم است به پزشک مراجعه شود.
- قبل و پس از دست زدن به ناف نوزاد دستها را بشویید.
- روی بند ناف هیچ چیزی مالیده نشود حتی بتادین یا الکل
- پوشک نوزاد را زیر بند ناف ببندید.
- اگر ناف و یا اطراف آن قرمز یا چرکی یا خون آلود است به پزشک مراجعه شود.

۲- مراقبت از چشمها

- از هیچ ماده یا دارویی برای چشمها استفاده نکنید مگر به دستور پزشک
- در صورت قرمزی یا متورم بودن چشمهای نوزاد یا داشتن ترشحات چرکی به پزشک یا مرکز بهداشتی درمانی مراجعه شود.

۳- حمام کردن نوزاد

- نوزاد را زودتر از ۶ ساعت پس از تولد حمام نکنید.
- پس از حمام کردن نوزاد را کاملاً خشک کنید و بپوشانید و اتاق نوزاد گرمتر باشد.
- روزانه صورت و گردن و زیر بغل نوزاد را بشویید.
- باسن نوزاد را هر گاه کثیف شد بشویید و کاملاً خشک کنید.
- از پودر یا روغنهای معطر استفاده نکنید.

دانستنی های دوران نوزادی

- تنفس نوزاد با بینی است. ممکن است در زمانهای کوتاه (۱۰-۵ ثانیه) به خصوص در نوزادان نارس تنفس قطع شود که می تواند طبیعی باشد.
- در روزهای اول رنگ مدفوع نوزاد سیاه رنگ است اما کمکم رنگ طبیعی پیدا می کند.
- نوزاد باید حتما در ۲۴ ساعت اول ادرار و در ۴۸ ساعت اول مدفوع داشته باشد.
- ممکن است لکه های قرمز رنگی روی پلک و یا پشت گردن دیده شود که طبیعی است و در طول چند ماه از بین می رود.
- ممکن است در سفیدی چشم نوزاد بر اثر فشار در زمان زایمان خونریزی یا قرمزی مشاهده شود که در طول چند روز خود به خود بر طرف میشود.
- در سقف دهان نوزاد دانه های سفید رنگی مشاهده می شود که معمولا خود به خود در طول چند هفته از بین میرود.
- ممکن است در روزهای اول تولد پستانهای نوزاد سفت شود و یا ترشح داشته باشد که پس از چند روز معمولا به حالت اول بر میگردد و به هیچ عنوان نباید ماساژ داده یا دستکاری شود..
- ممکن است نوزادان دختر خونریزی در دستگاه تناسلی داشته باشند که مختصر است و خودبه خود قطع میشود و نیاز به اقدام خاصی نیست.

علائم خطر نوزادی که باید توجه فراوان به آن شود و فوراً به پزشک مراجعه شود:

- زردی ۲۴ ساعت اول پس از تولد یا طولانی شدن زردی بیش از بیست روز
- تو کشیده شدن قفسه سینه
- ناله کردن
- رنگ پریدگی شدید یا کبودی نوزاد- کبودی لبها و انتهای اندامها
- استفراغ مکرر شیر خوار
- قرمزی اطراف چشم نوزاد
- تحرک کمتر از حد معمول و بی حالی نوزاد - حرکات غیر ارادی مثل اینکه نوزاد به شدت دست و پا بزند.
- پرش اندامها که با گرفتن کنترل نشود - سر و چشمهای نوزاد به یک طرف بچرخد.
- چشمک زدن که این حالت چند ثانیه یا چند دقیقه طول بکشد. و یا خیره شدن نوزاد به یک نقطه
- بی قراری و تحریک پذیری نوزاد
- ترشحات چرکی ناف یا قرمزی اطراف ناف
- خوب شیر نخوردن نوزاد
- عدم دفع مدفوع و ادرار در روزهای اول
- مدفوع بی رنگ و ادرار پررنگ
- جوشهای چرکی منتشر در پوست نوزاد
- تب یا سرد شدن اندامهای بدن نوزاد
- خروج ترشحات چرکی از چشم نوزاد و تورم پلکهای نوزاد
- کاهش شدید وزن نوزاد

نکات قابل توجه:

- از مصرف غذاهای نفاخ و از مصرف سیر و پیاز و کلم پرهیزید.
 - نحوه نگهداری شیر دوشیده شده در منزل:
 - بیرون از یخچال در دمای بیست درجه به مدت شش الی هشت ساعت قابل نگهداری می باشد.
 - درون یخچال تا چهل و هشت ساعت قابل نگهداری است.
 - داخل فریزر یخچال تا سه ماه قابل نگهداری است. شیر ذوب شده داخل یخچال تا بیست و چهار ساعت
- زمان و مکان مراجعه مجدد:

کلینیک تخصصی بیمارستان عیسی بن مریم علیه السلام _ سه روز پس از ترخیص
منبع: هدایت اله صلاح زهی، فرنوش خجسته و سیما نظر پور، پرستاری و بهداشت مادران و نوزادان. ۱۳۸۸.