به نام خدا

ترجمه توصیه های سازمان جهانی بهداشت در مورد مراقبت از مادر و نوزاد

کمیته سیاستگذاری اداره سلامت نوزادان

مرکز جوانی جمعیت سلامت خانواده ومدارس

۱۴۰۵

ارزیابی نوزاد از نظر علائم خطر

در هر ویزیتی که پس از زایمان برای نوزاد انجام می شود علائم زیر باید ارزیابی شوند و در صورت وجود هر یک از علائم، نوزاد باید برای ارزیابی بیشتر ارجاع داده شود:
نوزاد دارای علامت خطر، در خطر مرگ است. اگر زود تشخیص داده شود، اغلب می‌توان زندگی نوزاد را نجات داد.
علایم خطر شامل موارد زیر است:

- دیسترس تنفسی شامل: تنفس تند (تعداد تنفس بیشتر از ۶۰ بار در دقیقه)، تو کشیدگی قفسه سینه (تو کشیده شدن فضای بین، بالا یا پایین دنده‌ها با هر نفس)، ناله (Grunting) و پرش پره‌های بینی.
- دمای خیلی پایین یا خیلی بالا: دمای زیر بغلی کمتر از ^{o}C ۳۶/۵ یا بیش از ^{o}C ۳۷/۵.
- شیر نخوردن: کاهش یا عدم قدرت مکیدن و/ یا بلع، یا عدم تمایل به شیرخوردن.
- شلی و نداشتن حرکت به طور خود به خودی یا با تحریک.
- **تشنج: حرکات ریتم دار اندام‌ها که با نگه داشتن متوقف نمی‌شود. کاهش سطح هوشیاری، برآمدگی ملاج** (Fontanel).
- رنگ پوست غیر طبیعی: رنگ پریدگی، سیانوز.
- زردی ۲۴ ساعت اول تولد: هرگونه زردی در ۲۴ ساعت اول پس از تولد، یا زردی تا کف دست وپا در هر سنی.(همه نوزادان قبل از ترخیص باید از نظر بیلی روبین از خون بند ناف چک شود. اگر بیلی روبین بندناف بالای ۴ بود ، نوزاد ترخیص نشود.
- لازم به ذکر است TCBاگر بالای ۱۲ بود ،بایدTSBانجام شود).
- FOLLOWUPبسیار مهم است. پی گیری در روز سوم تا پنجم اهمیت زیادی دارد.
- استفراغ مکرر یا حاوی صفرا
- ترشحات چرکی ناف همراه با قرمزی و انتشار آن به اطراف
- جوش چرکی پوست
- هر علامتی که پزشک غیر طبیعی تلقی کند.
- توصیه می شود والدین و خانواده در صورت مشاهده هر یک از علائم خطر فوق فیمابین ویزیت‌های مراقبت پس از زایمان، فوراً به پزشک مراجعه کنند.

۲-غربالگری همگانی برای ناهنجاری‌های چشم

غربالگری همگانی نوزادان برای ناهنجاری‌های چشم توصیه میشود و باید با خدمات تشخیصی و مدیریتی برای نوزادانی که ناهنجاری در آنها شناسایی شده است، همراه باشد.

۳-غربالگری همگانی برای اختلال شنوایی

غربالگری همگانی شنوایی نوزادان (UNHS) با ا ستفاده از رو شهای گ سیل های صوتی گوش (OAE) یا پا سخ خودکار ساقه مغز به محرک شنوایی (AABR)، برای شناسایی زودهنگام کم شنوایی دائمی دوطرفه (PBHL) توصیه میشود.

۴-غربالگری همگانی برای زردی نوزادی:

غربالگری عمومی برای زردی نوزادان با استفاده از بیلیروبینومتر پوستی (TcB) در هنگام ترخیص از مرکز درمانی / زایشگاه / بیمارستان توصیه میشود. (با توجه به امکانات)

۵-زمان اولین حمام برای پیشگیری از هیپوترمی و عوارض ناشی از آن

اولین حمام نوزاد سالم وترم باید حداقل ۲۴ ساعت پس از تولد به تعویق بیفتد.

۶-استفاده از نرم‌کننده‌ها برای پوست نوزاد

استفاده روتین از نرم‌کننده‌های موضعی برای نوزادان سالم وترم جهت پیشگیری از مشکلات پوستی، توصیه نمیشود. (می توان Almond oil یا روغن نارگیل استفاده نمود.)

۷-استفاده از کلرهگزیدین روی بقایای بند ناف برای پیشگیری از عفونت نوزادی:

مراقبت از بند ناف به منظور تمیز و خشک نگه داشتن بند ناف توصیه میشود.

استفاده روزانه از کلرهگزیدین 2/5 درصد بر روی باقیمانده بند ناف در هفته اول پس از تولد، تنها در شرایطی توصیه میشود که استفاده از مواد سنتی زیانبار برای بند ناف رایج باشد. (توصیه وابسته به شرایط محیطی با نظر پزشک می باشد).

۸-وضعیت خوابیدن نوزاد برای پیشگیری از سندرم مرگ ناگهانی:

خواباندن نوزاد به پشت (در وضعیت طاقباز) در طول سال اول زندگی، برای پیشگیری از «سندرم مرگ ناگهانی نوزاد» (SIDS) و «مرگ ناگهانی و غیر منتظره در دوران نوزادی» (SUDI) توصیه میشود.

۹-ایمن‌سازی برای پیشگیری از عفونتها:

ایمنسازی نوزادان باید مطابق با آخرین توصیه های موجود سازمان جهانی بهداشت و کشوری برای ایمنسازی روتین، ترویج شود.

۱۰-تجویزمکمل ویتامین ((آ)) به نوزادان :

تجویز روتین مکمل ویتامین A برای کاهش مرگ‌ومیر نوزادان و شیرخواران توصیه نمیشود.

توصیه روتین مکمل ویتامین AD بر مبنای دستورالعمل کشوری انجام پذیرد.

۱۱-تداوم مراقبت مامایی:

مدلهای «تداوم مراقبت تحت هدایت ماما» (MLCC*) — که در آنها یک مامای مشـــخص یا گروه کوچکی از ماماهای مشـخص، مادر را در تمام مراحل پیوســته دوران بارداری، زایمان و پس از زایمان همراهی و حمایت میکنند — برای زنان در محیطهایی که دارای برنامه‌های مامایی کارآمد هستند، توصیه میشوند.

۱۲-ماساژتمام بدن :

ماساژ ملایم تمام بدن برای نوزادان ترم و سالم را برای فواید احتمالی جهت رشد و تکامل باید در نظر گرفت.(مطابق دستور العمل).

۱۴-بهبود رشد اوایل دوران کودکی:

همه نوزادان و کودکان در بازه سنی صفر تا سه سالگی باید از مراقبت مسئولانه بهره‌مند شوند؛ والدین و سایر مراقبان نیز باید برای ارائه این نوع مراقبت مورد حمایت قرار گیرند. (توصیه شده).

همه نوزادان و کودکان در بازه سنی صفر تا سه سالگی باید در فعالیتهای یادگیری زودهنگام با والدین و سایر مراقبان خود مشارکت داشته باشند؛ همچنین باید از والدین و سایر مراقبان برای مشارکت در این فعالیتهای یادگیری زودهنگام با نوزادان و کودکانشان حمایت شود. (توصیه شده).

حمایت در جهت مراقبت مسئولانه و یادگیری سریع و زود بایستی جزو مداخلات برای تغذیه معمول نوزادان ،شیرخواران و کودکان نیز باشد. مداخلات روانی ،اجتماعی در جهت حمایت از سلامت روان مادران بایستی در سرویسهای مراقبتی رشد و تکامل و سلامت در ابتدای کودکی ادغام گردد.

۱۵-حفاظت، ترویج و حمایت از تغذیه با شیر مادر در مراکز ارائه‌دهنده خدمات زایمان و مراقبت از نوزاد

مراکز ارائه‌دهنده خدمات زایمان و مراقبت از نوزاد باید دارای خط مشی مکتوب و شفافی در زمینه شیردهی مادر باشند که به‌طور مرتب به کارکنان و والدین اطلاع رسانی شود.

کارکنان مراکز درمانی که خدمات تغذیه شیرخواران، از جمله حمایت از شیردهی را ارائه میدهند، باید از دانش، شایستگی و مهارتهای کافی برای حمایت از مادران در امر شیردهی برخوردار باشند.

۱۷-مدت اقامت در مراکز درمانی پس از زایمان

ارائه مراقبت به زنان و نوزادان سالم در مرکز درمانی، حداقل به مدت ۲۴ ساعت پس از زایمان طبیعی توصیه میشود.

۱۸-معیارهایی که باید قبل از ترخیص از مرکز درمانی پس از زایمان ارزیابی شوند

پیش از ترخیص مادر و نوزاد از مرکز درمانی به منزل پس از زایمان، کارکنان بهداشتی باید معیارهای زیر را به منظور بهبود پیامدهای سلامت مادر و نوزاد ارزیابی کنند:

- سلامت جسمانی مادر و نوزاد و سلامت عاطفی مادر؛
- مهارت و اعتمادبه‌نفس مادر برای مراقبت از خود، و اعتمادبه‌نفس والدین و مراقبان برای مراقبت از نوزاد؛ ومحیط منزل و سایر عواملی که ممکن است بر توانایی ارائه مراقبت به مادر و نوزاد در خانه و همچنین رفتار جستجوی مراقبتهای درمانی تأثیر بگذارند.

ثبت در سامانه الکترونیک

سازمان جهانی بهداشت استفاده از اعلان های دیجیتال تولد را تحت شرایط زیر توصیه می کند:

- در محیطهایی که این اعلان ها داده‌های مربوط به افراد را در اختیار نظام سلامت و/یا نظام ثبت احوال و آمار حیاتی (CRVS) قرار میدهند؛

- نظام سلامت و/یا نظام ثبت احوال و آمار حیاتی (CRVS) از ظرفیت لازم برای رسیدگی به این اعلان ها برخوردار باشد. (توصیه مبتنی بر شرایط)

- در اداره سلامت مادران و نوزادان مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس ،این ثبت در سامانه باروری سالم انجام می پذیرد.