

تعریف نوزاد نارس: به شیرخوارانی که قبل از هفته ۳۷ حاملگی متولد می شوند نارس گفته می شود، اغلب در نوزادان کمتر از ۳۵ هفته کارکرد دستگاه های مختلف بدن تکامل کافی ندارد و نیاز به زمان دارند.

مادران عزیز توجه داشته باشید:

- درجه حرارت مناسب اتاق برای نوزاد نارس ۲۶-۲۵ درجه سانتی گراد است. از قرار دادن نوزاد در کنار بخاری، رادیاتور شوفاژ، کولر، یا پنکه یا تابش مستقیم آفتاب خودداری کنید.

لازم است شیر خوار پوشش مناسب داشته باشد، معمولاً پوشاندن کلاه، جوراب و دستکش در روزها و حتی هفته های اول بعد از ترخیص به خصوص در فصل سرما توصیه می شود. درجه حرارت نوزاد با دماسنج زیربغل ۳۶ تا ۳۶/۵ مناسب است.

- تداوم تغذیه با شیر مادر هر ۲ تا ۲/۵ ساعت لازم است. در صورت خواب بودن نوزاد بیشتر از ۳ تا ۴ ساعت احتمال کاهش قند خون وجود دارد لذا بهتر است تغذیه با شیر مادر قبل از رسیدن به این حد با بیدار کردن شیرخوار از سر گرفته شود.

- توجه به خیس بودن پوشک نوزاد و تعویض به موقع آن
- وزن گیری روزانه ۲۰ تا ۳۰ گرم و هفته ای ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم بهترین معیار وزن گیری است.
- مادرانی که شیر کافی ندارند می توانند از مکمل های موجود در بازار در صورت صلاحدید پزشک برای افزایش پروتئین و املاح، که یک پیمانه ابتامیل در ۲۵ سی سی شیر مادر حل کنند. قابل ذکر است در تمام وعده های شیردهی یا بخشی از آن می توان از این روش استفاده کرد.



دانشگاه علوم پزشکی اراک

مرکز درمانی سینا رضایی آشتیانی



مراقبت از نوزادان نارس بعد از ترخیص

تهیه کننده: سوپروایزر آموزشی

۳۰ تیر ۱۴۰۵

- تمامی نوزادان نارس که سابقه دریافت اکسیژن یا تهویه مکانیکی داشته اند در معرض بیماری نارسایی شبکیه چشم هستند و در هفته ۴ تا ۵ توسط چشم پزشک معاینه شوند و مراجعات بعدی توسط پزشک تعیین می شود.

- نوزادان نارس در معرض خونریزی مغزی هستند لذا سونوگرافی های تعیین شده بعد از ترخیص پیگیری شود.

- هم چنین این نوزادان در معرض مشکلات شنوایی نیز هستند که باید مورد ارزیابی قرار گیرند.



- در هر زمان که نوزاد دچار (تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ مکرر، بی حالی یا تشنج داشت سریعاً به پزشک اطفال مراجعه کنید.

- اولین معاینه نوزاد بایستی ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از ترخیص صورت بگیرد. مراجعات بعدی هفته ای ۱ بار تا وزن به ۲ تا ۲/۵ کیلوگرم برسد، بعد ۲ هفته ای یکبار و بعد به صورت ماهیانه است در صورت صلاحدید پزشک حتی این فواصل می تواند کمتر هم باشد.

- بهتر است در ماه های اول زندگی نوزاد نارس از مسافرت های طولانی، حضور در مهمانی های شلوغ پرهیز شود. بوسیدن نوزاد سبب انتقال عفونت به نوزاد نارس می شود.