

زردی نوزاد:

- اکثر نوزادان پس از تولد زرد می شوند.

در صورت زرد شدن نوزاد به پزشک مراجعه کنید.

- دادن ترنجبین، شیرخشت و عناب زردی نوزاد را کاهش نمی دهد.

- لامپ های مهتابی معمولی اثری روی زردی نوزاد ندارد و برای کم شدن زردی از آنها استفاده نکنید.

- هرگز شیر مادر را برای کاهش زردی قطع نکنید.

- از درمان زردی نوزاد در منزل خودداری کنید.

موارد مراجعه و پیگیری:

- کلیه نوزادان بایستی بعد از ترخیص در فاصله ی ۴۸ تا ۷۲ ساعت بعد از تولد مجدداً معاینه شوند.

- قبل از ۱ ماهگی جهت انجام شنوایی سنجی به کلینیک مربوطه و یا مراکز بهداشتی مراجعه کنید .

- اگر نوزاد شما نارس و با وزن کمتر از ۲ کیلوگرم متولد شده یا اکسیژن دریافت کرده است جهت معاینه چشم مراجعه کنید.

- ۳ تا ۵ روزگی جهت انجام تست تیروئید و شروع قطره مولتی ویتامین به مرکز بهداشتی مراجعه کنید.

- در ۳ تا ۵ روزگی جهت کنترل رشد و ارزیابی زردی نوزادی به پزشک و یا درمانگاه یا مرکز بهداشتی محل زندگی خود مراجعه کنید.

- به محض مشاهده هر کدام از علائم خطر نوزاد را سریعاً نزد پزشک ببرید.

علائم خطر در نوزاد:

- زردی در ۲۴ ساعت اول

- تیره کشیده شدن قفسه سینه

- خواب آلودگی و بی حالی

- بی قراری و تحریک پذیری

- خوب شیر نخوردن با استفراغ های مکرر

- خروج ترشحات چرکی از چشم ها

- رنگ پریدگی

- حرکات غیر ارادی

- نبض تند و مشکل

- تب و یا سردی اندام ها



مراقبت از نوزاد من

مرکز آموزشی درمانی سینا رضایی آشتیانی

واحد آموزش دفتر پرستاری

۳۰ تیر ۱۴۰۵

مراقبت های عمومی:

-دمای اتاق نوزاد بین ۲۵ تا ۲۶ درجه سانتی گراد حفظ شود به طوری که نه خیلی سرد و نه خیلی گرم باشد.

-لباس مناسب نوزاد در این دما ۲ لایه لباس پنبه ای یا نخی گشاد و یک پتوی نازک میباشد. -در ۱۰ روز اول کلاه و دستکش و جوراب لازم است.

-در فصل گرما از پوشاندن بیش از حد نوزاد خودداری کنید.

-نوزاد خود را قنداق نکنید.

-از آویزان کردن گردنبند، دستبند، وسایل خطرناک مانند سنجاق به نوزاد اکیدا خودداری کنید.

تغذیه:

-بهترین تغذیه برای نوزاد شیر مادر است.

-به نوزاد اجازه دهید مکیدن سینه مادر راه هر چقدر و در هر زمانی که میل دارد ادامه دهد.

-از دادن شیشه و پستانک به نوزاد خود

خودداری کنید. از همان ابتدا تولد تا ۶ ماهگی

فقط شیر مادر را به دلخواه به نوزاد خود بدهید.

-از دادن هر ماده خوراکی دیگر به نوزاد مثل آب

قند، شیر خشت، ترنجبین، عناب و... خودداری

کنید.

-پس از هربار شیردهی با ماساژ دادن پشت نوزاد

یا زدن چند ضربه آرام به پشت نوزاد آروغ او را

گرفته و سپس نوزاد را به پهلوی راست بخوابانید.

مراقبت از بندناف نوزاد وسینه:

-محل بند ناف حتما خشک و تمیز نگه داشته

شود.

-از گذاشتن هرگونه ماده غیربهداشتی مثل

خمیر و دنبه و... روی بند ناف خودداری کنید.

نیازی به استفاده از الکل روی بندناف نمیباشد.

-اگر بندناف با ادرار آلوده شد با آب گرم و اگر با

مدفوع آلوده شد با آب گرم و شامپو و اگر بند

ناف تا یکماه نیفتاد به پزشک مراجعه کنید.

-در صورت قرمزی، خونریزی و ترشحات چرکی از

بندناف به پزشک مراجعه کنید.

-به هیچ عنوان سینه نوزاد فشرده یا ماساژ داده نشود.

مراقبتهای بهداشتی:

-طریقه حمام کردن بعد از ۲۴ ساعت:

تا ۲۴ ساعت ضرورتی برای حمام کردن نمیباشد از گرفتن نوزاد زیر دوش خودداری کنید.

داخل وان آب ولرم میریزید و با آرنج میزان داغی آب را میسنجید و یک حوله یا پارچه روی پا می اندازید و قسمت به قسمت شروع به شستن بدن نوزاد میکنید.

-پس از هربار دفع ادرار و مدفوع نوزاد را با آب گرم شستشو دهید.

-از دستمال های مرطوب برای تمیز کردن نوزاد استفاده نکنید.

- از پودر ها برای بدن نوزاد استفاده نکنید .

-در صورت گرفتگی بینی نوزاد ۱ تا ۲ قطره آب ولرم در بینی نوزاد بچکانید و از چکاندن شیر داخل بینی جدا خودداری نمایید.