

حمام

در دو هفته اول بهتر است نوزاد بیش از ۲-۳ بار در هفته حمام نشود تا بند ناف فرصت خشک شدن داشته باشد. حمام روزانه نوزاد توصیه نمی شود.

۱- برای حمام نوزاد می توان از یک اسفنج خیس شده در آب گرم استفاده کرد به این ترتیب از سوختگی بچه جلوگیری میکنید.

۲- حوله ای را زیر کودک قرار دهید تا از سر خوردن و غوطه ور شدن نوزاد در آب جلوگیری کند.

۳- از شامپو و صابونی استفاده کنید که سبب سوختگی نوزاد نگردد.

۴- تا زمانی که ریشه بند ناف خشک نشده نوزاد را در آب غوطه ور نکنید.

۵- برای جلوگیری از رفتن هر نوع ماده خارجی در چشم کودک، دست خود را روی پیشانی بچه قرار دهید.

۶- به یاد داشته باشید که یک حوله نرم برای خشک کردن کودک خود داشته باشید.



نوزاد یک روزه نیازمند مراقبت های خاص و ویژه میباشد که یادگیری این مراقبت ها و چگونگی انجام امور مربوط به کودک یک روزه برای همه والدین امری ضروری است که در این مطلب به آن می پردازیم:

تغذیه

دفعات تغذیه باید مطابق میل نوزاد باشد. احتمالاً بین ۸ تا ۱۵ بار در روز اول باید به او شیر بدهید. هنگام تغذیه بهتر است مادر نوزاد را در آغوش بگیرد و تماس چشمی - بدنی برقرار کند.

تغذیه از هر پستان به مدت ۵ دقیقه قابل قبول بوده و به مدت ۲۰ دقیقه کامل می باشد.



مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت ا... طالقانی

مراقبت از نوزاد در منزل



شماره سند: PF-FW-07

نوبت بازنگری: اول

تاریخ ابلاغ: ۹۹/۱۲/۲۰

تهیه کننده:

واحد آموزش سلامت به بیمار

اجابت مزاج سیاه ترس ندارد

مدفوع نوزاد در ۸ تا ۲۴ ساعت اول تولد به صورت ماده سیاه رنگ و چسبیده ای است که در برخی نوزادان ممکن است تا ۵ روز بعد از تولد نیز ادامه یابد. این ماده سیاه را باید با پنبه خیس شده با آب گرم از مقعد و اطراف آن پاک کرد

دفع مدفوع نوزاد در روز های اول نظم خاصی ندارد و تا حدود زیادی بستگی به تغذیه نوزاد دارد. اما به طور معمول دو تا سه بار اجابت مزاج در روز طبیعی است.

در هفته های بعد ممکن است بعد از هر بار شیر خوردن مدفوع دفع کند. در تغذیه نوزاد با شیر مادر، مدفوع نوزاد شل و زرد یا سبز و بدون بو است. اما در صورتیکه نوزاد تا ۴۸ ساعت اول بعد از تولد دفع مدفوع نداشته باشد باید با پزشک مشورت شود.

مراقبت از بند ناف

بند ناف در معرض هوا سریعتر خشک شده و آسانتر جدا میشود. افتادن بند ناف معمولاً ۱۰ تا ۱۴ روز طول میکشد و جای زخم بند ناف ۵ تا ۱۰ روز بعد ترمیم می شود ولی بهبودی کامل تا چند هفته بعد از جدا شدن طول می کشد.

* پوشک نوزاد باید زیر آن بسته شود. قرمزی و تورم پوست، ترشح بد بو و زرد رنگ نشانه عفونت بند ناف است.

* به هیچ عنوان بند ناف را با بانداژ یا چسب زخم که جریان هوا را در این قسمت قطع میکند نپوشانید.

* اجازه دهید اضافه بند ناف خودش بیفتد. هرگز خودتان اقدام به کندن آن نکنید حتی اگر اینطور بنظر برسد که در حال افتادن است.

توجه به خواب و فعالیت

نوزاد در هر شبانه روز ۱۲ تا ۲۰ ساعت و به طور متوسط ۱۶ تا ۱۸ ساعت می خوابد. دوره های خواب و بیداری نوزاد در فواصل ۳۰-۱۵ دقیقه و بدون توجه به شب و روز است. وضعیت نوزاد بهتر است به طور مرتب تغییر داده شود. نوزاد را نباید به مدت طولانی در یک وضعیت خوابانده و به شکم قرار داد زیرا خطر سندروم مرگ ناگهانی نوزاد وجود دارد. پس از هر بار شیردهی بهتر است نوزاد را به پهلو راست خواباند تا هضم غذا راحت تر و احتمال آسپیراسیون کمتر شود.

واکسیناسیون

بعد از مرخص شدن مادر و نوزاد از بیمارستان پس از زایمان، لازم است برای انجام مراقبت های بعدی نوزاد، دوباره به پزشک یا یکی از مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

* بعد از به دنیا آمدن نوزاد سه واکسن به او تزریق می شود: **واکسن ب ت ژ** برای جلوگیری از سل، واکسن **هیپاتیت ب** و واکسن **فلج اطفال**

* **یک غربالگری** برای **سنجش میزان شنوایی نوزاد** و یک **غربالگری** برای بررسی وجود سه بیماری به نام های کم کاری مادر زادی تیروئید، فنیل کتونوری (حساسیت به پروتئین شیر) و فاوسیم (حساسیت به باقلا) توسط آزمایشات غربالگری نوزادان بررسی می شود. باید توجه کنید که این **غربالگری ۳ تا ۵ روز بعد از تولد** انجام می شود یعنی میتوان از روز چهارم برای غربالگری اقدام کرد.

نکات مهم

۱- در صورت ترخیص کمتر از ۴۸ ساعت، ویزیت پرستاری در منزل یا ویزیت در مطب بعد از ۴۸ ساعت ضروری است.

۲- برای بلند کردن و بغل کردن نوزاد باید سر و گردن نوزاد با یک دست حمایت شوند و دست دیگر زیر باسن و کمر نوزاد قرار گیرد. چسباندن نوزاد به سینه مادر، سبب احساس امنیت در نوزاد میشود.

۳- والدین باید به علایم عفونت ادراری به خصوص در نوزاد پسر ختنه نشده توجه کنند. علایم عفونت ادراری شامل تحریک پذیری یا بی قراری به هنگام ادرار کردن، ادرار کم و مکدر و میل غیر عادی به ادرار کردن است.

۴- ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از ترخیص نوزاد لازم است به یک پزشک متخصص اطفال مراجعه کنید.

