

نکته :

روزهای اول تولد خروج مختصری ترشح خون آلود از مجرای تناسلی نوزادان دختر طبیعی می باشد و نباید هیچ گونه دستکاری صورت گیرد .

پستونها

پستان بعضی از نوزادان به طور طبیعی بزرگتر از حالت عادی می باشد که خودبخود بهبود می یابد ، از فشار دادن یا ماساژ آن خودداری کنید .

درجه حرارت اتاق نوزاد

درجه حرارت اتاق نوزاد باید متناسب با فصل و طوری باشد که والدین با لباس منزل احساس راحتی کنند (حدود ۲۵ درجه سانتی گراد) در این حالت لباس نوزاد در عین حال که باید سبک و راحت باشد یک عدد از لباس والدین بیشتر باشد .

نکته :

از قرار دادن نوزاد در مجاورت هوای بخاری ، شوفاژ و یا در معرض هوای سرد خودداری کنید .

پرورنده بهداشتی

جهت کنترل و مراقبت نوزاد از نظر پایش رشد جسمی و تکاملی ، تغذیه ، بینایی ، شنوایی و ... از روز ۵-۳ پس از تولد با در دست داشتن کارت واکسیناسیون به نزدیکترین پایگاه یا خانه بهداشت محل سکونت خود مراجعه کنید .

مراقبت از بند ناف

بند ناف باید تمیز و خشک و بیرون از پوشک یا کهنه نوزاد قرار گیرد . از به کار بردن الکل ، بتادین یا هر نوع ماده دیگری بر روی بند ناف جدا خودداری کنید .
بند ناف معمولاً ۲-۱ هفته پس از تولد خشک شده و خودبخود می افتد . پس از افتادن آن خروج یک یا دو قطره خون طبیعی است و جای نگرانی ندارد .



دفع ادرار و مدفوع

دفع ادرار (داشتن ۶ عدد یا بیشتر کهنه خیس در یک روز) طبیعی و نشان دهنده کافی بودن میزان شیر مادر است .
اولین مدفوع نوزاد تیره و قیری شکل است و ممکن است تا ۳-۲ روز ادامه داشته باشد بعد از آن بر حسب تعداد دفعات تغذیه با شیر مادر ، به تدریج مدفوع شل تر و رنگ آن زرد رنگ می شود که نباید با اسهال اشتباه گرفته شود .

برای جلوگیری از سوختگی ناشی از ادرار و مدفوع ، پس از هر بار ، پاها و ناحیه تناسلی نوزاد را با آب ولرم شسته و خشک نمایید . بهتر است این نواحی گاهی در معرض هوا قرار گیرند .

دوران نوزادی از هنگام تولد تا یک ماهگی می باشد . در این مدت نوزاد خود را از نظر جسمی و رفتاری با محیط خارج رحم تطبیق می دهد .

دانستن نکات زیر شما عزیزان را در نحوه مراقبت از نوزاد دلبندتان و احتمالاً رفع نگرانیهایتان یاری خواهد کرد .

شیردهی

شیردهی بایستی بلافاصله پس از تولد آغاز گردد . دفعات شیردهی باید بر اساس نیاز و خواسته شیرخوار باشد و نباید هیچ برنامه زمانی برای آن در نظر گرفته شود .
قبل از شیردهی دستهایتان را با آب ولرم و صابون بشوئید ، شستن پستانها فقط یکبار در روز با آب ولرم جهت نظافت پستانها کافی است .

پس از پایان شیردهی باد گلو (آروغ) نوزاد را گرفته و برای جلوگیری از پریدن شیر در گلو نوزاد دلبندتان نوزاد را به پهلو بخوابانید .





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی ارومیه

مراقبت از نوزاد

(مادر آگاه، کودک سالم و با هوش)



کتاب بارداری و زایمان ویلیامز
2022

با تایید از دکتر طاهره مختاری

بیمارستان شهدای شوط

تاریخ تنظیم: ۱۴۰۲/۱۱/۰۱
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۱/۰۱

نکته بسیار مهم :

اهمیت انجام این آزمایش برای پیشگیری از بروز عقب ماندگیهای ذهنی و ضایعات مغزی در نوزاد است .

نکات مهم

۱- اولین معاینه نوزاد روز اول تولد در بیمارستان ، توسط پزشک متخصص اطفال صورت می گیرد . زمان ویزیتهای بعدی بر اساس نظر پزشک می باشد ، اما بهتر است پس از ترخیص از بیمارستان نوزاد طی ۴۸ ساعت توسط پزشک مجدداً معاینه گردد .

۲- در صورت بروز زردی در نوزاد سریعاً به پزشک مراجعه نمایید . از مصرف هر نوع داروی سنتی (ترنجبین ، شیر خشک و...) خودداری نمایید .

۳- از دادن آب قند ، نبات داغ ، شیر خشک و داروهای خانگی به نوزاد جدا خودداری کنید .

۴- آسایش و آرامش مادر و حمایت اطرافیان به خصوص پدر در موفقیت شیردهی و مراقبت از نوزاد بسیار موثر و مهم است .



زمان سایر مراقبتهای توسط پرسنل بهداشتی برایتان تعیین می شود قطره مولتی ویتامین ، قطره آ . د و قطره آهن را طبق دستور پزشک یا مرکز بهداشت برای نوزاد خود شروع کنید .



واکسیناسیون نوزاد

پس از انجام واکسیناسیون روتین بدو تولد ، که شامل واکسنهای هپاتیت ب / واکسن ب ث ژ / و قطره فلج اطفال می باشد ، سایر واکسنها طبق جدول مربوطه توسط پایگاه یا خانه بهداشت برای نوزاد شما انجام می شود .

آزمایشات غربالگری

آزمایشات غربالگری شامل بیماریهای کم کاری مادرزادی تیروئید و فنیل کتونوری می باشد ، جهت انجام این آزمایشات روز ۵-۳ پس از تولد همراه با کارت واکسیناسیون ، به مرکز بهداشتی درمانی یا خانه بهداشت تحت پوشش مراجعه کنید . نمونه گیری از پاشنه پای نوزاد انجام می شود.

