

والدین عزیز:

دوره نوزادی یعنی چهار هفته اول بعد از تولد، از اهمیت زیادی برخوردار است چرا که بدن نوزاد مقاومت کمتری در برابر میکروب ها و عواملی خارجی مانند سرما، سرو صدا و ... دارد و به مراقبت های بیشتری نیازمند است. مجموعه حاضر به منظور آشنایی شما والدین گرامی جهت مراقبت های ضروری نوزاد دلبندتان و شناسایی به موقع علائم خطر تهیه شده است.

نشانه های خطر در نوزاد چیست؟

اگر هر کدام از علائم زیر را در نوزاد خود مشاهده کردید باید در اسرع وقت به مراکز درمانی مراجعه نمایید:

- تنفس تند (60 تنفس یا بیشتر)
- پرش بینی (باز و بسته شده سریع پره های بینی)
- تو کشیده شدن قفسه سینه
- بیقراری و گریه زیاد و مداوم
- بی حالی و عدم پاسخ
- ناله کردن
- درجه حرارت زیر بغل بیشتر از 37 یا کمتر از 36 درجه سانتی گراد
- رنگ پریدگی
- کبودی یا سیاه شدن به ویژه انگشتان دست و پا
- زردی 24 ساعت اول
- عدم توانایی در شیرخوردن

مراقبت های مورد نیاز نوزاد کدام است؟

(1) مراقبت از بند ناف:

- زمان افتادن بند ناف معمولاً در عرض 2 هفته اول است و تا حدود 3 تا 45 روزگی طبیعی می باشد.
- قبل و بعد از دست زدن به ناف، دست ها را بشویید.

- اگر ناف آلوده شد، با آب تمیز و صابون بشویید و با پارچه تمیز خشک کنید.



- اگر ناف قرمز یا چرکی و یا خون آلود است، نوزاد را به مرکز بهداشتی درمانی یا نزد پزشک ببرید.
- حمام کردن روزانه به روش درست زینانی ندارد.
- کهنه نوزاد را زیر بند ناف ببندید.
- شکم یا ناف را بانداژ نکنید.
- هیچ ماده یا دارویی روی ناف نگذارید.
- ناف را دست کاری نکنید.

(2) مراقبت از چشم:

- اگر چشم قرمز یا متورم است یا ترشح چرکی دارد، نوزاد را به مرکز بهداشتی درمانی ببرید.
- از هیچ ماده یا دارویی، برای چشم مگر به دستور پزشک، استفاده نکنید.
- ممکن است در سفیدی چشم نوزاد، بر اثر فشار زیاد در زمان زایمان قرمزی یا خونریزی دیده شود که در طول چند روز خود به خود برطرف می شود.
- در روزهای اول تولد، گریه بدون اشک است. اما ممکن است از هفده دوم اشک ریختن همراه گریه شروع شود. ولی بیشتر شیرخواران در سن 1 تا 3 ماهگی هم بدون اشک گریه می کنند.
- (3) بهداشت فردی (شستشو، حمام کردن):

- نوزاد را زودتر از 6 ساعت، بعد از به دنیا آمدن حمام نکنید.
- از حمام کردن نوزاد یا شیرخوار بلافاصله بعد از شیردادن خودداری کنید زیرا باعث برگرداندن شیر می شود.

- بعد از حمام کردن نوزاد را کاملاً خشک کنید و بپوشانید. برای نوزاد کوچک تر اتاق گرم تر باشد.

- در حمام کردن نوزاد صابون های غیر معطر و پس از استحمام برای پیشگیری از خشکی پوست، از لوسیون های مرطوب کننده، ویتامین A+ د، وازلین یا روغن های گیاهی مانند روغن زیتون استفاده می شود.

- به دلیل احتمال ورود ذرات معلق پودرها به ریه نوزاد و مشکلات تنفسی استفاده از پودرها توصیه نمی شود.
- پوست نوزاد نیاز به شستشوی روزانه با آب و صابون ندارد.
- جهت جلوگیری از ادرار سوختگی، نوزاد را با آب ساده و تمیز شسته و خشک کنید.

- پس از هر بار دفع، باسن نوزاد را شستشو داده و کاملاً خشک کنید.

(4) مراقبت پس از ختنه



- بهترین زمان ختنه در نوزاد پسر 10 روز اول بعد از تولد و ترجیحاً 48 ساعت اول تولد می باشد.
- اطراف محل ختنه در چند روز اول از مدفوع و آلودگی دور نگه داشته شود و در صورت آلودگی با آب و صابون شسته شود.
- حداقل 7 روز بعد از ختنه به پزشک مجدداً مراجعه کند.
- پوشک نوزاد تا حد امکان باز باشد و در صورت بستن سفت نباشد.

علائم فوری که مادر باید مراجعه کند:

- خونریزی و تغییر رنگ نوک آلت
- تورم شدید آلت و بیضه



مرکز آموزشی درمانی امین

اهمیت مراقبت های دوران نوزادی

منبع: کتاب کودکان مارلو

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه نمایید.

www.amin.mui.ac.ir



- نوزاد حتماً باید در 24 ساعت اول ادرار و در 48 ساعت اول مدفوع داشته باشد.
- در نوزادی که خوب رشد می کند و حال عمومی خوبی دارد، اگر مدفوع آبی و شل چند دفعه در روز (تا 10 بار) یا هر چند روز یک بار باشد، طبیعی است.
- در روزهای سوم و چهارم تولد، ممکن است بدن نوزاد پوسته ریزی کند که طبیعی است.
- ممکن است لکه های قرمز رنگی روی پلک و یا پشت گردن دیده شود که در طول چند ماه از بین می روند.
- بعضی از نوزادان در هنگام تولد، ممکن است یک یا دو دندان داشته باشند. وجود این دندان ها نگران کننده نیست، ولی اگر این دندان ها شل هستند، باید به مرکز بهداشتی درمانی جهت کشیدن آنها مراجعه شود.
- ممکن است در روزهای اول تولد، پستان نوزاد سفت شود، ورم و ترشح داشته باشد که پس از چند روز معمولاً به حالت اول برمی گردد و نباید دستکاری شود.
- ممکن است نوزاد دختر خونریزی از دستگاه تناسلی داشته باشد که مختصر است و خودبخود قطع می شود.
- با مشاهده زردی در 24 ساعت اول تولد، حتماً اگر حال نوزاد خوب باشد، باید در اولین فرصت نزد پزشک برده شود.
- زردی در نوزاد، در صورت عدم درمان، می تواند باعث عقب ماندگی ذهنی و حتی مرگ نوزاد شود.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	اهمیت مراقبت های دوران نوزادی
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	خانم دکتر رفاهی
سمت	متخصص نوزادان
تاریخ تهیه	1402
کد پمفلت و بازنگری	PE-PED-24 - اول - 1406

- ادرار نکردن نوزاد 6 تا 18 ساعت بعد از ختنه
 - افتادن حلقه زودتر از سه روز یا نیفتادن آن بیشتر از ده روز
 - عفونت محل ختنه (قرمزی موضعی و ترشح چرکی)
 - تب نوزاد
- نکات قابل توجه در مراقبت از نوزاد:**
- برای حفظ درجه حرارت بدن نوزاد بهتر است، درجه حرارت اتاق بین 25 تا 28 درجه سانتی گراد و هوای اتاق تازه باشد.
 - در اتاقی که نوزاد نگهداری می شود، بهتر است با بستن در و پنجره، از جریان سریع هوا جلوگیری کرد.
 - اغلب نوزادان 8 تا 12 پوشک در روز، یکی قبل و یکی بعد از هر نوبت تغذیه نیاز دارند.
 - نوزاد را نباید روی سطوح سرد مثل ملافه یا ترازوی سرد گذاشت، چون خیلی زود حرارت بدنش را از دست می دهد.
 - نکته:** برای فهمیدن حرارت بدن، پاهای او را لمس کنید. اگر درجه حرارت بدن نوزاد پایین بود، بهتر است با وسیله گرم کننده مناسب، اتاق را گرم کرده و لباس کافی به نوزاد بپوشانید و نوزاد را در آغوش بگیرید.
 - به علت حساسیت پوست نوزاد نباید وی را در تماس مستقیم با نور خورشید قرار داد.
 - لباس نوزاد باید بسته به فصل انتخاب شود و هرگز از لباس های نایلونی و یا لباس هایی که برچسب پلاستیکی دارند استفاده نگردهد. لباس نوزاد باید از جنس پنبه ای و نرم باشد و طوری انتخاب شود که پوشیدن و درآوردن آن از تن شیرخوار به راحتی صورت گیرد.
 - تنفس نوزاد با بینی است. ممکن است در زمان های کوتاه (5 تا 10 ثانیه) به خصوص در نوزادان نارس، تنفس او قطع شود که طبیعی است.
 - در روزهای اول زندگی، مدفوع سیاه رنگ است. اما کم کم رنگ طبیعی پیدا می کند.