



بیمارستان و زایشگاه جوادالائمه (ع)  
Javad Al Aemeh Hospital and Maternity

## راهنمای مراقبت از نوزاد

### پس از ترخیص (ایکتر)



#### گروه هدف: والدین نوزاد

شماره سند: JAMH/B-1/PA/01/07

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۶/۲۰

واحد آموزش بیمار



#### در صورت وجود علائم زیر فوراً به پزشک مراجعه کنید:

- عدم دفع ادرار روز اول و عدم دفع مدفوع در ۲ روز اول
- هرگونه خونریزی از ناف یا سایر جاها
- شیر نخوردن و خواب آلودگی بیشتر از ۴ ساعت
- حرکات و سفت شدن غیر طبیعی اندام
- استفراغ مکرر
- سیاه شدن یا کبودی اندام ها (کبودی ناخن به تنهایی طبیعی محسوب می شود)
- رنگ پریدگی پوست و ترشح چرکی ناف
- تنفس تند (بیش از ۶۰ تا در دقیقه)
- تب، بی حالی و بی قراری شدید
- وجود زردی پوست خصوصاً در روز اول و دوم و زردی شکم و اندام ها

منابع:

Neonatal-perinatal medicine: Diseases of the fetus and infant 11th ed 2020. Fanaroff AA and Martin RJ (eds). Mosby-Year Book.

کلینیک سلامت همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ تا ۱۲  
پاسخگوی سوالات شما خواهد بود. داخلی ۲۵۶

آدرس: مشهد، خیابان طبرسی، حدفاصل میدان طبرسی و چهارراه  
مقدم تلفن: ۰۵۱-۳۳۰۱۲

www.jmhc.ir

#### دمای مناسب محیط:

دمای مناسب محیط برای نوزاد ۲۴-۲۶ درجه سانتیگراد است. (یک دماسنج در منزل داشته باشید)

در دمای ۲۵ درجه یک یا دو لباس نخی بدون پتو و کلاه کافیهست. در فصول گرم که دمای محیط گاهی تا ۴۰ درجه می رسد روشن کردن کولر منعی ندارد ولی نوزاد زیر باد مستقیم کولر قرار نگیرد.

#### علائم طبیعی نوزاد:

- کبودی نوک ناخن ها تا ۲ روز به تنهایی (سایر جاها نباید کبود باشد)
- ترشح مختصر تناسلی در نوزاد دختر طبیعی است.
- مدفوع سیاه طی ۷ روز اول به تدریج زرد می شود.
- لکه کوچک خونریزی داخل سفیدی چشم در زایمان طبیعی نرمال است.
- سفتی پستان فشرده نشود.
- جوشهای کوچک غیر چرکی روی پوست با تعداد کم طبیعی است.

#### پیگیری واکسیناسیون:

در بدو تولد در بیمارستان واکسن ب ث ژ و هیپاتیت تزریق می شود. قطره فلج اطفال نیز هنگام ترخیص به نوزاد خورانده می شود. ادامه واکسیناسیون طبق جدول واکسیناسیون در مرکز بهداشت انجام می شود.

### مادر محترم با آرزوی سلامتی برای شما و فرزندتان:

مطالب فوق به منظور آشنایی از نحوه مراقبت از نوزاد پس از ترخیص تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان بیماری را به خوبی مدیریت نمایید

#### شیردهی:

- شیر مادر کلیه نیازهای نوزاد در ۶ ماه اول زندگی را برآورده می کند و حتی نوزاد قبل از ۶ ماهگی آب هم نیاز ندارد.
- آغوز که در چند روز اول از سینه مادر ترشح می شود برای سلامت کودک کاملا ضروریست و باید به کودک داده شود.
- یکی از مهمترین عوامل کاهش شیر مادر، تغذیه کودک با شیشه و دادن آب قند به نوزاد است. مهمترین نشانه کافی بودن شیر مادر وزن گیری خوب و ادرار زیاد نوزاد است.
- نوزاد حین مکیدن علاوه بر نوک پستان باید هاله اطراف پستان را هم بمکد.
- در هر نوبت شیردهی تا زمانی که یک پستان خالی نشده است، نباید پستان دوم را داد. (بطور متوسط در طول ۱۵ دقیقه مکیدن پستان خالی می شود).
- کودکانی که در ۶ ماه اول تولد فقط شیر مادر می خورند ۱/۳ کمتر از کودکانی که شیشه می خورند بیمار می شوند.

- تعداد دفعات شیردهی روزانه حدود ۸ بار باید باشد. شروع شیرخشک حتما باید با نظر متخصص اطفال باشد. شیردهی باید در هر حالتی که مادر و نوزاد راحت هستند، انجام شود.

#### مراقبت از ناف:

- از مالیدن هرگونه روغن و حتی الکل به ناف خودداری کنید.
- دقت کنید ناف نوزاد با ادرار و مدفوعش در تماس نباشد (زیر پوشک نباشد)
- بعد از افتادن ناف ترشح مختصر و چرکی و بدون بو از ناف تا چند روز طبیعی است ولی ترشح چرکی و بدبو و قرمزی اطراف ناف نشانه عفونت است و لازم است به پزشک مراجعه شود.

#### زردی از نوزادان:

تمام نوزادان روز ۳ تولد باید توسط متخصص اطفال جهت کنترل زردی ویزیت شوند. (بعضی از نوزادان به علت ناسازگاری خونی لازم است زودتر ویزیت شده که این موارد زمان ترخیص به والدین گفته می شود).

#### در رفتگی مادرزادی لگن:

این مشکل شیوع نسبتا بالایی دارد و یکی از عوامل تشدید آن قنداق کردن است بنابراین توصیه به قنداق کردن نمی شود.

### غربالگری تیروئید:

کم کاری مادرزادی تیروئید یکی از علل عقب ماندگی ذهنی کودکان است که به راحتی با یک آزمایش ساده قابل تشخیص و سپس درمان می شود. در حال حاضر در مراکز بهداشتی این امکانات در دسترس همگان هست. زمان مناسب جهت آزمایش ۳-۵ روزگی است.

عوارض کم کاری تیروئید در نوزاد عبارتند از:

عقب ماندگی ذهنی، کاهش شنوایی، کاهش رشد و کوتاهی قد.

### حمام دادن نوزاد:

حمام نوزاد بهتر است پس از افتادن بند ناف انجام شود و مدت زمان حمام باید کوتاه باشد. قبل از افتادن بندناف می توانید با پنبه مرطوب پوست نوزاد را تمیز کنید.

کنترل چشم نوزاد در یک ماهگی برای نوزادان نارس و بستری در بخش توصیه می شود.

