

نام و نام خانوادگی:	تاریخ ترخیص:	تشخیص:	پرستار:	پزشک معالج:
---------------------	--------------	--------	---------	-------------

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

### مراقبت در منزل :

- ❖ نوزاد را در بغل بگیرید تا تماس پوست انجام شود و از بیقراری نوزاد جلوگیری شود.
  - ❖ سعی کنید تغذیه با شیر مادر را در وعده های بیشتر و زمان کمتر انجام دهید تا نوزاد خسته نشود.
  - ❖ مراقب باشید نوزاد زیاد گریه نکند. عواملی مانند گرسنگی، کثیف بودن پوشک نوزاد موجب گریه و صرف انرژی و در نتیجه سختی تنفس نوزاد می شود.
  - ❖ درمان نوزاد را به تعویق نیندازید. در صورتی که نوزاد از نظر پزشک جهت بررسی علل تاکی پنه نیاز به مشاوره قلب و انجام اکو و یا ... دارد، آن را پیگیری کنید.
  - ❖ از بردن نوزاد در مکان های شلوغ و پر ازدحام و آلودگی هوا خودداری کنید.
  - ❖ درجه حرارت بدن نوزاد را تا حد امکان ثابت نگه دارید. از بردن نوزاد در هوای سرد و گرم خودداری کنید.
  - ❖ در هنگام تعویض لباس و حمام دادن از سرد شدن نوزاد جلوگیری کنید. اگر نوزاد سرد شد باید فوراً او را گرم کنید. تغییرات سریع درجه هوا می تواند باعث تاکی پنه گذرای نوزاد شود.
  - ❖ محیطی آرام و راحت با حداقل سروصدا برای نوزاد فراهم کنید.
  - ❖ قبل از تماس با نوزاد شستن دست ها رعایت گردد و در صورتی فرد دیگری از نوزاد مراقبت می کند این موضوع را به او گوشزد کنید.
  - ❖ در صورتی که دچار سرما خوردگی هستید از ماسک استفاده کنید و یا در صورت امکان از او فاصله بگیرید.
  - ❖ از تماس افراد مبتلا به بیماری های عفونی و سرماخورده با نوزاد خود خودداری کنید.
  - ❖ نوزاد در معرض افراد سیگاری قرار نگیرد. اگر شما یا فرد دیگری در منزل سیگار می کشد زمان آن رسیده است تا سیگار را ترک کنید.
  - ❖ چند روز بعد از ترخیص حتماً به پزشک متخصص نوزادان جهت پیگیری درمان مراجعه کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- ❖ افزایش تعداد تنفس به همراه تو کشیدن قفسه سینه در زمان بازدم و کبودی پوست نوزاد به خصوص در اطراف لب و اندام های تحتانی
  - ❖ سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی