

نام و نام خانوادگی:	تاریخ پذیرش:	پرستار آموزش دهنده:	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 کیبودی پوست نوزاد به خصوص در اطراف لب و اندام های تحتانی
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی