

آموزش به بیمار و خانواده مراقبت های پس از ترخیص

مراقبت از نوزاد

نام و نام خانوادگی:	تاریخ پذیرش:	تشخیص:	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 :			
<p>✓ تغذیه نوزاد را بلافاصله بعد از زایمان شروع کنید و ادامه دهید. این کار باعث تولید بیشتر شیر می شود شیر روزهای اول (آغوز) کم ، اما برای نوزاد بسیار ضروری و کافی است و اولین واکسن نوزاد در برابر بیماری ها می باشد. شیر روزهای اول (آغوز یا ماک) که زرد رنگ است بسیار مغذی و دارای مواد ایمنی بخش برای نوزاد است و او را از بسیاری بیماری ها حفاظت می کند. آن را از فرزندتان دریغ نکنید.</p> <p>✓ قبل از شیر دادن حتما دست های خود را بشویید و استحمام روزانه فراموش نشود.</p> <p>✓ هنگام شیر دادن نوزاد را بغل کرده سر او را بالاتر بگیرید و تمام نوک سینه و بیشتر هاله قهوه ای رنگ داخل دهان نوزاد باشد.</p> <p>✓ بهتر است در هر بار از هر دو سینه به نوزادتان شیر بدهید. بعد از تخلیه یک سینه، نوزاد را به صورت ایستاده بغل گرفته و به آرامی پشت او را ماساژ دهید تا هوای معده تخلیه شود. سپس سینه دیگر را در دهان فرزندتان بگذارید.</p> <p>✓ بعد از شیر خوردن او را به پهلو راست بخوابانید تا احتمال ورود شیر به ریه کودک را به حداقل برسانید. هر زمانی که نوزاد تقاضای شیر داشت به او بدهید. شیردهی ساعت خاصی ندارد. (هر ۳-۱ ساعت). برای تشخیص کافی بودن شیر مادر به تعداد دفعات ادرار و مدفوع کودک و نیز میزان وزن گیری او توجه شود. روزانه ۷-۶ بار دفع طبیعی است.</p> <p>✓ شیرتان را در فواصل منظم حدود ۶ تا ۸ بار در روز بدوشید تا سینه تان تحریک به تولید شیر شود.</p> <p>✓ داروهایی که پزشک دستور می دهد را مرتب و سر وقت به نوزاد بدهید و از قطع آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید.</p> <p>✓ در صورت صلاحدید پزشک جهت معاینه نوزاد توسط پزشک ، ارزیابی شنوایی، سونوگرافی مغز و لگن اقدام شود.</p> <p>✓ بهتر است در ماه های اول زندگی نوزاد نارس از مسافرت های طولانی و حضور در میهمانی های شلوغ پرهیز شود.</p> <p>✓ از دادن آب قند و ... خودداری کنید و تنها استفاده از قطره مولتی ویتامین بنا به تجویز پزشک مجاز است. تا ۶ ماهگی فقط شیر مادر و بعد از آن غذای کمکی به فرزندتان بدهید.</p>			

- ✓ نوزاد را هر روز یا یک روز در میان حمام کرد و جهت حفظ ایمنی او از وان مخصوص نوزاد باید استفاده شود. توجه کنید ارتفاع آب باید پایین تر از ناف نوزاد باشد. نوزاد را می توانید در هر نوع لگن یا وان حمام کنید. قبل از شستشوی نوزاد باید وسایل لازم را آماده کرده و محیط اتاق را گرم کنید.
- ✓ توصیه می شود مادر مواد حساسیت زا نخورد و گونه نوزاد را با پماد چرب کند و اطرافیان را از بوسیدن کودک منع نماید.
- ✓ خشک شدن بند ناف نوزاد از همان روزهای اول و دوم شروع می شود، رنگ آن ابتدا زرد و سپس قهوه‌ای شده و بعد از یک تا دو هفته می افتد. در این مدت و قبل از افتادن بند ناف لازم است: بند ناف و محل اتصال آن به بدن نوزاد تمیز و خشک نگه داشته شود. بند ناف در معرض هوا قرار گرفته و خشک شود. از گذاشتن هر گونه پوشش بر روی بند ناف خودداری شود. کهنه نوزاد زیر بند ناف بسته شود. از دست کاری و قرار دادن مواد آلوده بر روی بند ناف اجتناب گردد. ضمنا استفاده از الکل نیز توصیه نمی شود زیرا الکل، خشک شدن بند ناف را به تاخیر می اندازد.
- ✓ . در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید
- ✓ علائمی مانند تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ های مکرر، بی حالی و یا تشنج و ...
- ✓ ممکن است ملاح نبض داشته باشد و یا هنگام گریه برآمده تر به نظر آید که کاملا طبیعی است. باید بدانید اگر ملاح فرورفته، برجسته یا بزرگتر و کوچکتر از حد طبیعی بود به پزشک مراجعه کنید.
- ✓ علائم عفونت ناف عبارتند از : داشتن ترشح چرکی، گرمی، قرمزی و ورم ناف و دیر افتادن ناف. با دیدن این نشانه ها باید با پزشک مشورت کنید.
- ✓ در صورت دیدن ترشحات زرد رنگ و چسبنده در چشم طوری که پلکها باز نمی شوند احتمال عفونت چشم نوزاد مطرح است که با نظر پزشک باید تحت درمان دارویی قرار گیرد.
- ✓ چنانچه نوزاد تا ۴۸ ساعت اول بعد از تولد دفع مدفوع نداشته باشد به پزشک مراجعه کنید
- ✓ سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی