



بسمه تعالی



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی آیت الله طالقانی تبریز

## مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی طالقانی تبریز

### آموزش های بعد از ترخیص نوزادان



تهیه و تنظیم: نسیم جودی وند- کارشناس مامایی

سمت: ماما

تدوین: زمستان ۱۳۹۸

بازنگری: بهار ۱۴۰۳

منبع: دستورالعمل های بیمارستانی

## کوتاه کردن ناخن:

بهترین زمان برای گرفتن ناخن نوزاد هنگام خواب است. از یک قیچی مخصوص که سر آن گرد است استفاده شود. ناخن های دست را یک تا دوبار در هفته و ناخن های پا را یک تا دوبار در ماه بگیرید.

**ختنه کردن نوزاد:** ختنه در اولین فرصت بعد از افتادن بندناف توصیه میشود و باید توسط پزشک انجام شود.

**مراقبت از بندناف:** بندناف بتدریج خشک و چروکیده میشود و از روز دوم تا سوم شروع به تیره شدن میکند و معمولاً طی دوهفته اول تولد می افتد. در صورت قرمزی اطراف بندناف و بوی بد و ترشحات باید فوراً به پزشک مراجعه نمایید. از بکار بردن هرگونه ماده ضد عفونی کننده مانند الکل، بتادین و مواد سنتی بر روی بندناف خودداری کنید. چون مانع خشک شدن بندناف میشوند و افتادن آن را به تاخیر می اندازند.

شماره تلفن واحد آموزش و پیگیری نوزادان:

۳۴۴۲۴۴۲۱

داخلی ۲۴۱

5

## واکسیناسیون:

در ۲۴ ساعت اول تولد واکسن بدو تولد تزریق میشود و سپس کارت واکسیناسیون برای نوزاد تهیه و به مادر ارائه میشود تا طبق جدول درج شده در کارت، مادر به نزدیکترین مرکز بهداشتی محل سکونت خود مراجعه نموده و واکسیناسیون فرزندش را تکمیل نماید.

## سایر اطلاعات مفید:

حمام کردن: در صورتی که بند ناف نیفتاده باشد، نوزاد را در یک حوله بپیچید و فقط قسمتی را که قرار است تمیز شود از حوله بیرون بگذارید. دمای محل استحمام ۲۵-۲۸ درجه سانتیگراد باشد و دمای آب ۳۷-۳۸ باشد. شستشو از سر و صورت با پارچه نخی نمدار یا اسفنج شروع کنید و سپس دستها و پاها و شکم و پشت نوزاد را بشوید. برای شستشو از صابون یا شامپوی مخصوص نوزاد استفاده کنید. می توان یک روز در میان یا ۲ بار در هفته استحمام کرد در صورتی که بند ناف افتاده باشد می توان در وان بچه یا لگن شستشو داد. نوزاد را نباید زیر دوش برد. بعد از افتادن بند ناف، هفته ای دو بار می توان استحمام کرد

4

## نکات لازم جهت مراقبت از نوزاد در منزل:

\*در منزل یک پوشش اضافه تر از آنچه والدین بر تن دارند، برای نوزاد کافیت. سر نوزاد را با کلاه بپوشانید و از جوراب برا گرم نگهداشتن پاها استفاده کنید.

از کشیدن سیگار و دود کردن اسپند در خانه، اجتناب کنید.

\*موقع خوابانیدن نوزاد او را به پشت یا به پهلو راست بخوابانید.

\*از دادن آب و شیر مصنوعی و آب قند و سایر مایعات خودداری کنید.

از دادن پستانک و شیشه شیر پرهیز نمایید.

## تغذیه با شیر مادر:

\*دفعات شیر خوردن نوزاد در روز های اول تا اواخر ماه اول به ۱۴ مرتبه در روز و در فاصله یک تا یک و نیم ساعت در طی شبانه روز بر حسب میل و تقاضای نوزاد متفاوت است.

\*طول مدت شیر خوردن معمولا ۱۰-۱۵ دقیقه از هر پستان می باشد. اگر شیرخوار در یک وعده از شبانه روز بیش از ۴ ساعت بخوابد باید او را برای تغذیه مجدد بیدار کنید.

## نحوه اطمینان یافتن از کافی بودن شیر مادر:

\*وزن گیری روزانه ۲۶-۳۱ گرم (البته بعد از ۵ روز اول تولد)

## مواردی که باید فوراً به پزشک مراجعه گردد:

\*تعداد پوشکهای خیس او خیلی کم است و یا ادرارش زرد پر رنگ باشد.

\*نتواند پستان را بگیرد و یا بعد از گرفتن رها کند.

\*استفراغ یا اسهال و مدفوع خونی

\*تبدار باشد (دمای زیر بغل بیشتر از ۳۷.۵ درجه باشد)

\*حرارت بدن کمتر از حد نرمال باشد

\*رنگ پوست و سفیدی چشم نوزاد زرد شده باشد.

\*لبها و زبانش کبود باشد.

\*در هرتنفس عضلات قفسه سینه اش فرو برود و ناله کند و یا تعداد نفسهای نوزاد بیش از ۶۰ بار در دقیقه باشد.

\*خیلی بخوابد و سخت بیدار شود و یا بدنش شل و بیحال باشد.

\*بعد از ۲ هفته هنوز به وزن زمان تولدش نرسیده باشد

\*بروز حرکات تشنجی: (انحراف چشمها، سفت کردن اندامها و گردن، کبود شدن رنگ پوست و خروج کف از دهان)

\*وقفه تنفسی (اپنه): نوزاد کاملاً شل و بدون

حرکت باشد و رنگ پوست نوزاد کبود یا رنگ

پریده باشد و در قفسه سینه و شکم هیچ حرکتی

مشاهده نگردد.

## معاینات و غربالگری کشوری پس از

## ترخیص نوزاد:

تمام نوزادان صرف نظر از مدت حضورشان در

بیمارستان باید روز سوم تا پنجم پس از تولد

، توسط پزشک مورد معاینه قرار گیرد.

## غربالگری مشکلات و بیماریهای مورد نظر:

\*کم کاری تیروئید

\*شنوایی سنجی

\*بینایی سنجی (اگر سابقه فامیلی در رابطه با

مشکل بینایی دارند).

\*فنیل کتونوری و گالاکتوزومی (نقص انزیمی در

بدن نوزاد که میتواند در صورت دیر تشخیص

دادن سبب عقب ماندگی ذهنی نوزاد شود.