



پوشک کردن نوزادان

مقدمه

سالانه در استان آذربایجان شرقی حدود ۶۵۰۰۰ نوزاد به دنیا می‌آید. آگاهی از نحوه‌ی مراقبتهای نوزادان باعث می‌شود تا مادران و خانواده‌ها بهتر و راحت‌تر با این دنیای ناشناخته ارتباط برقرار نموده و با وضعیت طبیعی نوزاد آشنا شده، مراقبت مناسبی را انجام دهند.

پوشک کردن نوزاد

قبل از پوشک کردن نوزاد حتماً وسایل لازم را فراهم نمایید تا حین تعویض پوشک نوزاد حتی برای یک لحظه وی را تنها رها نکنید. وسایل مورد نیاز عبارتند از:

- ۱ ■ پوشک یکبار مصرف یا پارچه‌ای قابل شستشو
- ۲ ■ چسب پوشک یا مشنعب نوزاد و کودک
- ۳ ■ ظرف حاوی آب گرم و مقداری پنبه
- ۴ ■ حوله یا پارچه‌ی نخی جهت خشک نمودن نوزاد
- ۵ ■ پارچه‌ی بزرگ مشنعب دار جهت خواباندن نوزاد موقع پوشک نمودن

■ ابتدا دستهایتان را با آب و صابون به دقت بشویید و سپس نوزاد را روی سطح صاف که پارچه مشنعب دار پهن نموده اید قرار دهید به آرامی پوشک او را باز کنید و بردارید.

■ برای تمیز کردن نوزاد از حوله یا پنبه مرطوب استفاده کنید و از سمت جلو به پشت نوزاد، این کار را انجام دهید. برای تمیز کردن یا خشک کردن نوزاد خصوصاً نوزادان دختر هرگز از عقب (مقعد) به جلو (دستگاه تناسلی) نوزاد را تمیز یا خشک نکنید زیرا این عمل سبب انتقال باکتریایی که در ناحیه مقعد نوزاد وجود دارد به دستگاه تناسلی و ادراری و در نتیجه عفونت ادراری نوزاد می‌شود. روش مناسب تمیز کردن نوزاد این است که یک دست را به قوزکهای پای نوزاد قلاب کنید و نوزاد را بالا بگیرید که باسن او از روی زمین بلند باشد و سپس او را با پارچه و آب

و لرم تمیز کنید. دقت کنید تمام چینهای ران و باسن، چین‌های رو، زیربضه و زیر آلت تناسلی نوزاد پسر را بدقت تمیز و خشک کنید، زیرا در صورت عدم تمیز کردن این نواحی محلی برای تجمع میکروبیها خواهند بود.

■ حین تمیز کردن نوزاد پسر یک پارچه روی آلت او قرار دهید زیرا در مواجهه با هوا یا لمس تحریک شده و ادرار می‌کند. در صورت تجویز پزشک پماد یا ژل جهت پیشگیری از سوختگی در نواحی مختلف مخصوصاً چین‌های ران و باسن بمالید.

■ در صورت استفاده از پوشک یک بار مصرف اول پوشک را روی مشنعب کودک باز کنید و بعد از اینکه ساق‌ها و پاهای نوزاد را بالا آوردید آن را در زیر نوزاد قرار دهید. دوم قسمت پشت پوشک را در سطح شکم نوزاد محکم کنید و بعد قسمت جلوی پوشک را بین ساقهای نوزاد تا سطح شکم بالا بیاورید و بعد نوارهای اطراف پوشک را به راحتی بچسبانید و مواظب باشید چسب به پوست نوزاد نچسبد و در صورت مصرف مشنعب دو طرف آن را در دو طرف پای نوزاد گره بزنید.

■ در صورت استفاده از پوشک پارچه‌ای ابتدا پارچه‌ی چهارگوش را به صورت سه گوش در آورید قاعده مثلث را زیر کمر نوزاد قرار دهید و راس مثلث را از وسط کشاله ران نوزاد بالا بیاورید تا به سطح شکم زیر بندناف برسد سپس دو راس طرفی مثلث را روی شکم آورده بهم برسانید و با یک گیره سرپلاستیکی آن را محکم کنید. در صورت عدم استفاده از گیره سرپلاستیکی می‌توانید از بندی مانند بند قنطاق استفاده نمایید.

نکات قابل توجه

در صورتی که نوزاد پسر است هنگام پوشک کردن آلت تناسلی و بیضه‌های او را بالایاوریید تا لای پاهای نماند و سر آلت را به سمت پایین قرار دهید تا در هنگام ادرار کردن، ادرار نوزاد نشت نکند.

سوختگی پای نوزاد خواهد شد.

- از پوشک یکبار مصرف برای مدتی استفاده نکنید و در صورتی که اخیراً با پوشک پارچه‌ای دچار جوش شده پوشک‌های پارچه‌ای او را بعد از شستشو به مدت ۱۵ دقیقه در آب بجوشانید و در معرض نور خورشید خشک نمایید.
- در صورت استفاده از پوشک‌های پارچه‌ای آنها را با شوینده‌های غیر معطر شستشو دهید و از نرم‌کننده یا ضدعفونی‌کننده‌های کهنه استفاده نکنید.
- سعی کنید قسمتی از روز نوزاد را پوشک نکنید و در معرض هوا قرار دهید.

در موارد زیر با پزشک مشورت نمایید

- اگر جوشها در عرض ۲ تا ۳ روز بهبود نیابد.
- اگر جوشها قبل از هفته ششم تولد بروز نمود.
- نوزاد همراه جوشها دارای علائمی مانند تب، کاهش وزن یا عدم وزن‌گیری باشد و یا خوب شیر نخورد.
- جوشها در سایر نقاط بدن مانند بازوها یا سر نوزاد گسترش پیدا کند.

در صورتی که در ناحیه پوشک کردن نوزاد جوشهایی به صورت قرمز برجسته مشاهده نمودید نگران نباشید و اقدامات زیر را انجام دهید:

- پوشک نوزاد را زود به زود عوض کنید و دقت کنید که بعد از هر بار مدفوع نمودن فوراً پوشک را عوض نمایید.
- برای تمیز کردن نوزاد از روش پاک کردن استفاده نکنید زیرا پاک کردن سبب تحریک بیشتر جوش‌ها می‌شود بهتر است نوزاد را با آب ولرم شستشو دهید به این صورت که با آبپاش، آب ولرم روی ناحیه‌ی کتیف شده پاشید و با پنبه یا حوله تمیز نمایید. در صورتی که بعد از استفاده از یک نوع پوشک مشاهده کردید که علائم قرمزی یا جوش روی پوست نوزاد دیده می‌شود می‌بایست نوع پوشک را عوض کنید و یا از پوشک پارچه‌ای استفاده نمایید زیرا به احتمال زیاد نوزاد به آن نوع پوشک حساسیت داشته است.



گروه‌های هدف این متن آموزشی

- مادران نوزادان
- کارشناس
- بهورز

منابع استفاده شده در تهیه این متن آموزشی

- برگرفته از سایت وزارت بهداشت و درمان

■ به آرامی بصورت گذاشتن و برداشتن ناحیه را تمیز و خشک کنید. از پمادهای حاوی زینک اکسید که برای سوختگی مفید است استفاده نمایید. از پودر بچه استفاده نکنید زیرا منبعی برای تجمع میکروبها و در صورت مرطوب شدن با ادرار محیطی برای