

نکات مراقبتی نوزاد سالم

نوزاد سالم: نوزادی است که علائم حیاتی، فعالیت، ظاهر، رنگ و تغذیه طبیعی داشته باشد. نوزاد به ظاهر سالم حتی با وزن زمان تولد 1800-2500 گرم که علامت بالینی غیر طبیعی ندارد در بفش همراه و در کنار مادر نگهداری می شود.

نکته مهم که باید در نظر گرفته شود شستشوی دست ها می باشد که مهمترین راه پیشگیری از انتقال عفونت است.

گرمای توصیه شده برای اتاق نوزاد 25-28 درجه سانتیگراد می باشد.

اولین تماس پوست با پوست مادر و نوزاد و آغاز شیردهی در نوزاد سالم بلافاصله پس از تولد صورت می گیرد و شروع زود هنگام شیردهی باعث تراوم شیردهی و اساس امنیت در مادر و نوزاد می شود.

هنگام تمویل مشغولیت نوزاد شامل دو مچ بند است که مشغولیت روی آن شامل جنسیت نوزاد، نام و نام خانوادگی مادر، تاریخ و ساعت دقیق تولد نوزاد و شماره پرونده مادر می باشد و تا هنگام ترخیص نوزاد مچ بند روی دست راست و پای چپ باز نشود.

اولین دفع مدفوع تا 24 ساعت اول می باشد و عدم دفع آن تا 48 ساعت احتمال انسداد دستگاه گوارش tetani را می دهد و اولین دفع ادرار در طی 12 ساعت اول و عدم دفع آن طی 24 ساعت احتمال انسداد مجاری ادراری را می دهد.

زمان طبیعی افتادن بند ناف 5 تا 15 روز پس از تولد می باشد. مراقبت از بند ناف نوزاد نیاز به تعویض هیچ دارویی به منظور پیشگیری از بروز عفونت ندارد و فقط شستشوی دست ها هنگام تماس با بند ناف توصیه می شود.

در صورتیکه نوزاد یکی از علائم زیر را داشته باشد پزشک یا مراکز درمانی مراجعه نمایند:

- نوزاد کمتر از 8 بار در 24 ساعت شیر می خورد و بیحال و خواب آلود است.
- نوزاد پس از 4 روز کمتر از 6 گهنگه فیس در روز دارد
- نوزاد پس از 4 روز کمتر از 4 بار دفع مدفوع دارد
- نوزاد زردی دارد
- نوزاد کبود می شود و یا اختلال هوشیاری دارد
- در هفته های بعدی اگر وزن گیری ناکافی کمتر از 200 گرم در هفته دارد

اولین ارزیابی پس از ترخیص نوزاد پیش از پایان 48 ساعت اول عمر انجام شود و نوزاد در معرض خطر کمتر از 24 ساعت پس از ترخیص معاینه توسط پزشک انجام شود

استحمام نوزاد

- توصیه می شود که در 6 تا 12 ساعت اول عمر برای نوزادان سالم استحمام صورت نگیرد.
- دمای اتاق 25-28 درجه سانتیگراد باشد.
- دمای آب 37-38 باشد که حرارت آن را با آرنج امتحان کنید.

- کورک را برهنه کرده و در حوله کلاه دار ببیید (از حوله کلاه دار برای گرم نگه داشتن قسمت هایی از بدن نوزاد که در مراحل اولیه شسته نمی شود استفاده نمایید.
- شستشو به ترتیب از سر و صورت شروع سپس دست ها و پاها و سپس شکم و پشت نوزاد می باشد.
- تمام چین های بدن نوزاد مانند زیر بغل، زیر گردن، لاله گوش، و دستگانه تناسلی را با پارچه مرطوب پاک و آبکشی نمایید.
- پس از حمام دادن نوزاد داخل حوله کلاه دار دیگری ببیید و کاملاً نوزاد را خشک نمایید.
- نکته مهم: زیور آلات و نافن بلند باعث آسیب رسیدن به نوزاد در طی استحمام می شود.

مراقبت از بند ناف:

- چون بند ناف نوزاد نرم و مرطوب است محل مناسبی برای رشد باکتری می باشد.
- قبل از تماس با نوزاد دستها را با آب گرم و صابون بشویید. به بند ناف دقت کرده و بوی غیر طبیعی و علاوم ظاهری را بررسی نمایید. (قرمزی - التهاب - ترشحات چرکی - نشت خون)
- بند ناف باید خشک و تمیز نگه داشته شود تا زمانی که نیفتاده نوزاد را نباید در آب غوطه ور کرد.
- بند ناف همیشه بیرون از پوشک و مشمع نوزاد باشد تا در جریان هوا قرار بگیرد و زودتر خشک شود.
- از بانداژ یا ناف بند استفاده نشود.
- از بکار بردن مواد ضد عفونی کننده پرهیز کنید زیرا موادی مانند الکل به علت کشتن باکتری های مفید پوست افتادن بند ناف را به تأخیر می اندازد.

- بین 5 تا 10 روز پس از تولد بندناف سیاه م فشک شده و می افتد در صورتیکه پس از چهار هفته بندناف نیفتد لازم است مراجعه شود .
- اجازه دهید که بندناف خودش بیفتد و حتی اگر اتصال کوچکی باقی مانده باشد نباید به زور اقدام به کندن آن نمود زیرا در این صورت ممکن است فونریزی فعال رخ دهد ، در صورت فونریزی فعال فوری به پزشک مراجعه شود .

شستشوی لباس :

- برای شستشوی لباس نوزاد به جز در نوزادان دارای آلرژی و حساسیت پوستی نیاز به استفاده از شوینده های مخصوص نیست .
- لازم است پوشک پارچه ای از سایر لباس ها جدا شسته شود . پوشک های پارچه ای را باید با شوینده ها ملایمشست تا موجب حساسیت و ناراحتی در دستگاه تناسلی و ران ها نشود .
- از نرم کننده لباس استفاده نشود .
- برای آبکشی از آب داغ استفاده شود .
- پاک کننده های مایع بهترین مواد برای تمیز کردن انواع لباس ها هستند .
- اگر حساسیت پوست ایبار د باید از شوینده برون رنگ و عطر استفاده کرد و در صورت تعویض شوینده ابتدا یک قطعه از لباس را شسته و و اگر تفریک پوستی ایبار نشد برای بقیه لباس ها استفاده شود .
- در هر امکان لباس های نوزاد را در معرض نور آفتاب خشک نمایید .

آموزش مادران در زمان خوابانیدن نوزاد :

- بالش مادر طوری باشد که از نوزاد دور باشد .
- محیط طوری مهیا شود که خطر سقوط تصادفی یا پوشیده شدن سر و صورت نوزاد با پتو یا ملحفه وجود نداشته باشد .

- نوزاد با کودکان دیگر در رفتنوباش مشترک نوابد .
- از مصرف دقتانبات و مواد مشر و مواد سمی (مشره کش ها) در محل فواب نوزاد اجتناب شود .
- اگر مادر فسته است و یا بیمار است نوزاد را در رفتنوباش خود نواباند .
- برای ایمنی بیشتر برای نوزادانی که از شیر مادر تغذیه می شوند هنگام فواب رفتن مادر در رفتنوباش مادر فوابانیده نشود .
- جهت آرامش نوزاد در عین فواب پس از هفته اول تا سه ماهگی می توان نوزاد را در عین فواب پتو پیچ نمود .

اهمیت مراجعات بعدی جهت معاینه :

- اگر نوزاد کمتر از 24 ساعت پس از تولد (زایمان طبیعی)بیمارستان را ترک کرد ، 24 سات پس از ترفیض نوبت اولین معاینه او می باشد .
- اگر نوزاد پس از 24 ساعت پس از تولد ترفیض شد در 3-5 روزگی برای معاینه به پزشک مراجعه نماید .
- کلیه نوزادان در سن 14 تا 28 روزگی باید دوباره مورد معاینه قرار بگیرند .

فتنه نوزاد :

بهترین زمان در ده روز اول تولد می باشد . (تربیما 48 ساعت اول تولد)

- مراقل 2 ساعت پس از فتنه تمت نظر پزشک باشد .
- در پنر روز اول دور محل فتنه از آلودگی مدفوع دور نگه داشته شود و در صورت آلودگی با آب و صابون شسته شود .
- روزی 3 بار یا بیشتر از پمار تتراسیکلین و یا وازلین طبی استفاده شود .
- مراقلتر 7 روز پس از فتنه توسط پزشک معاینه شود .
- در صورت بی قرار ی از قطره استامینوفن استفاده شود .(بر اساس دستور پزشک)

- پوشک نوزاد تا هر امکان باز باشد و در صورت بستن سفت بسته نشود .

علائم فطر پس از انبام فتنه :

- فونریزی یا تغییر رنگ و تیره شدن نوک آلت و خون مردگی وسیع آلت و بیضه
- تورم شدید آلت و بیضه
- ادرار نگردن نوزاد تا 24 ساعت پس از فتنه
- افتادن مقله در کمتر از 2 روز یا نیافتادن مقله تا 10 روز پس از فتنه
- عفونت محل فتنه
- تب نوزاد

پوشاندن لباس :

- جنس لباس نوزاد باید از پنبه یا نخ باشد .
- برای نوزاد پوشش مناسب فصل استفاده شود و موقعیت آب و هوایی در نظر گرفته شود .
- برای خروج از محیط اتاق در سرما استفاده از پتو و یا اضاف کرده به لباس نازک ضروری است .
- از لباس های دکمه دار استفاده کنید . (لباس زیپ دار توصیه نمی شود .

تدوین : زهره حاتم زاده/کارشناس مامایی

منبع : توضیح المسائل

بلوک زایمان بیمارستان امام حسن عسکری (ع)

بهار 1402

شماره ثبت : PAM-CHB