

بیمارستان امام خمینی (ره) آباد

مراقبت از نوزاد سالم



اگر به تازگی صاحب فرزند شده اید حتما ذهنتان پر از سوالات متعدد درباره نگهداری و مراقبت از نوزادتان است. خب، حق هم دارید چون بچه ای که تازه متولد شده آن قدر به نظر ظریف و شکستنی می آید که بعضی از مادرها حتی می ترسند بغلش کنند اما نکته ای که بد نیست بدانید آن است که همین نوزاد ظریف آن قدر قوی هست که بتواند خیلی از مشکلات را خودش به تنهایی پشت سر بگذارد. بنابراین خیلی نگران نباشید با خواندن این مطلب یاد میگیرید چگونه از نوزادتان مراقبت کنید.

علائم خطر: در صورت مشاهده هر کدام از علائم زیر در نوزاد خود هر چه سریعتر به نزدیک ترین مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

۱- زردی ۲۴ ساعت اول، ۲- تو کشیده شده قفسه سینه، ناله کردن، رنگ پریدگی شدید یا کبود، استفراغ مکرر شیر، قرمزی اطراف چشم، تحرک کمتر از حد معمول و بی حالی، بی قراری و تحریک پذیری، ترشحات چرکی ناف یا قرمزی اطراف ناف، خوب شیر نخوردن، عدم دفع مدفوع و ادرار در روزهای اول، جوش های چرکی منتشر در پوست، تب یا سرد شدن اندام ها و بدن، خروج ترشحات چرکی از چشم و تورم پلک ها

مراقبت از بند ناف: در اتاق زایمان (عمل) پس از پوشیدن یک دستکش استریل بند ناف نوزاد را در فاصله ۲ تا ۳ سانتیمتر از سطح پوست شکم با تیغ استریل قطع می شود. بند ناف قطع شده خود به خود از خون تهی شده و طی مدت کوتاهی سخت، خشک و سیاه می شود. بافت مرده می تواند محیط مناسبی برای رشد باکتری ها باشد. مهم ترین و شایعترین راه انتقال عفونت به ناف نوزاد دست های آلوده مراقبین است. شایع ترین دوره خطر انتقال عفونت دو تا سه روز اول عمر است. پس از افتادن بند ناف تا زمان بسته شدن محل جراحت و بهبودی کامل ناف ممکن است ترشحات موضعی بدون بو مشاهده شود. این ترشحات عفونی نیست ولی در این زمان نیز ناف مستعد عفونت است. زمان طبیعی افتادن بند ناف بین ۵ تا ۱۵ روز است. عفونت سبب تاخیر در افتادن بند ناف می شود. اگر بند ناف تا ۴ هفته بعد از تولد نوزاد نیفتاد، باید شیرخوار از نظر وجود اختلالات سیستم ایمنی بررسی گردد.

چند توصیه برای مراقبت از بند ناف نوزاد

- ✓ -پیش و پس از دست زدن به ناف، دست ها را بشویید
- ✓ در مدت زمانی که ناف نیفتاده است، حمام کردن مانعی ندارد.
- ✓ کهنه نوزاد را زیر ناف بیچید
- ✓ اگر ناف آلوده شد، با آب تمیز و صابون بشویید و با پارچه خشک کنید.
- ✓ شکم یا ناف را بانداز نکنید.
- ✓ هیچ ماده یا دارویی (الکل، بتادین و...) روی ناف نگذارید.
- ✓ ناف را دستکاری نکنید.

پیشگیری از سوانح و حوادث

- ❖ نوزاد را با حیوانات خانگی تنها نگذارید.
- ❖ هرگز نوزاد را به کودکان نسپارید.
- ❖ نوزاد را بالا و پایین نیندازید
- ❖ از بوسیدن مکرر و بغل کردن نوزاد توسط افراد مختلف خودداری کنید.
- ❖ محیط نوزاد عاری از دود بخصوص دود سیگار و ... باشد.
- ❖ نوزاد و مخصوصا نوزاد کوچک را از بچه ها و بزرگسالان بیمار دور نگهدارید.

- ❖ نوزاد را در معرض مایعات داغ و وسایل سوزاننده (سماور، بخاری، کرسی، اتو و ...) قرار ندهید.
- ❖ نوزاد را در تخت یا گهواره بدون حفاظ تنها نگذارید.
- ❖ نوزاد در جاهای بلند (میز و صندلی و...) تنها رها نکنید.
- ❖ ساک نوزاد را از زیر بگیرید.

ختنه: بهترین زمان ختنه در ده روز اول تولد (ترجیحا ۴۸ ساعت اول تولد) می باشد. در بعضی از موارد پزشک ممکن است این اقدام را به دلایل پزشکی به تاخیر بیندازد.

دور محل ختنه از آلودگی و مدفوع در چند روز اول دور نگهداشته شود و در صورت آلودگی با مدفوع با آب و صابون شستشو انجام شود. روزی سه بار بیشتر روی آلت از پماد تتراسیکلین یا وازلین طبی استفاده شود. حداکثر ۷ روز پس از ختنه توسط پزشک معاینه و ویزیت شود. در صورت بی قراری قطره استامینوفن (دو قطره به ازای هر کیلوگرم وزن بدن نوزاد) استفاده شود. پوشک نوزاد تا حد امکان باز باشد و در صورت بستن، سفت بسته نشود.

در صورت مشاهده علائم خطر زیر فوراً به پزشک مراجعه کنید.

- ✓ خونریزی یا تغییر رنگ و تیره شدن نوک آلت و خون مردگی وسیع آلت و بیضه
- ✓ تورم شدید آلت و بیضه
- ✓ ادرار نکردن نوزاد حداکثر ۲۴ ساعت پس از ختنه
- ✓ افتادن حلقه در کمتر از سه روز یا نیفتادن حلقه تا ۱۰ روز پس از ختنه
- ✓ عفونت محل ختنه (قرمزی موضعی و ترشح چرکی)

زردی: تمام نوزادان بین روزهای دوم و پنجم زندگی خود دچار زردی به اصطلاح فیزیولوژیک نوزادان می شوند. زردی در نوزادان موجب ضایعات جبران ناپذیر سلول مغزی و عقب ماندگی عقلانی می شود. در هفته های اول تولد بایستی دقیقاً مراقب زردی در نوزاد بود. شروع زردی بیشتر در سفیدی چشم کودک بروز می کند و سپس در تنه گسترش می یابد. هر چه زردی زودتر تشخیص داده شود درمان سبک تر و راحت تر است. در موارد خفیف شاید نیاز به بستری و قرار گرفتن در زیر نور مخصوص باشد و در موارد شدید تعویض خون حتماً باید انجام گیرد. از به کار بردن پیشنهاد اطرافیان در موارد استفاده از شیر خشت و یا نور مهتابی و نظیر آن خودداری کنید.

مراقبت از پوست نوزاد: یا در روزهای اول بعد از تولد ممکن است برجستگی های سفید رنگ در صورت نوزاد ظاهر شود که این برجستگی های کوچک را ملیا گویند که نتیجه ترشحات زیاد چربی پوست می باشد و خود به خود از بین می رود. همچنین ممکن است لکه آبی تیره با حدود مشخص در ناحیه کفل دیده شود. که لکه مغلولی استفاده کنید. نباید نوزاد را پیش از پایان ۱۲-۶ ساعت اول عمر و تثبیت وضعیت پس از تولد حمام کرد. حمام نوزاد پس از تثبیت وضعیت وی با صابون ملایم و آب گرم امکان پذیر است. پس از استحمام باید نوزاد را کاملاً خشک کرد و حوله خیس را کنار گذاشت.

مراقبت از چشم ها: برای پاک کردن چشم های نوزاد از یک پارچه تمیز یا حوله نرم استفاده کنید. پارچه را مرطوب کرده و از گوشه



داخل چشم به سمت بیرون به آرامی روی پلک نوزاد بکشید. اگر در چند ماه اول چشم های نوزاد بی هدف این طرف و آن طرف می رود نرسید این موضوع کاملاً طبیعی است و نوزاد شما در حال تمرین برای به دست آوردن کنترل کامل روی ماهیچه های چشم هایش است. در صورت بروز علائم چشمی دال بر عفونت نوزاد باید درمان شود و به پزشک مراجعه کنید. از هیچ ماده مانند سرمه یا هیچ دارویی برای چشم بدون تجویز پزشک استفاده نکنید.



منبع: بسته خدمتی مراقبت از نوزاد سالم و کتاب بارداری و زایمان ویلیامز ۲۰۲۲

تهیه کننده: ژاله دهقانی کارشناس پرستاری

واحد آموزش سلامت بیمارستان امام خمینی (ره) آبان ۱۴۰۳