



آموزش به بیمار

راهنمای خود مراقبتی از نوزاد



گروه هدف: بیماران

کد سند DSKH-PAM015

تدوین: تیر 1404 بازنگری بعدی: تیر 1406

دانشگاه علوم پزشکی مشهد

بیمارستان دکتر شیخ

واحد آموزش به بیمار

میتوانید در صورت بروز هرگونه مشکل در مراقبت از کودک خود،
همه روزه با پرستاران مجرب حاضر در کلینیک پرستاری آموزش
سلامت واقع در درمانگاه بیمارستان دکتر شیخ به صورت حضوری
یا از طریق تلفن زیر مشاوره دریافت فرمایید:

تلفن تماس: ۳۷۲۶۹۰۲۱ داخلی ۲۰۲

منبع:

<http://www.nursingconsult.com>

جراحی قرار گرفته است به این نکات توجه فرمایید:

در آغوش گرفتن نوزاد بعد از عمل در صورتی که ناحیه
عمل تحت فشار نباشد منعی ندارد

بهداشت ناحیه عمل رعایت شود حین مراقبت شستشو و
بهداشت دستها را رعایت فرمایید

انجام تغذیه با هماهنگی پرستار انجام شود

۷-۱۰ روز بعد از عمل برای مشاهده بخیه ها به
درمانگاه مراجعه کنید.

بعد از کشیدن بخیه ها می توانید محل زخم را با
آب و صابون ملایم غیر التهابی شستشو دهید و
به آرامی خشک کنید.

اگر داروی چرک خشک کن برای کودک تجویز
شده است، دارو را به طور منظم و کامل به کودک
بدهید.

علائم خطر در نوزاد جراحی شده

خونریزی

قرمزی و وجود ترشح و چرک در ناحیه عمل شده

تند شدن تنفس

تب (دما بیشتر از ۳۸ درجه)

استفراغ های مکرر سبز رنگ



نکات خود مراقبتی از نوزاد:

شیرمادر کاملترین غذا برای نوزاد است از پستانک و شیشه به هیچ عنوان استفاده نشود

نوزاد می بایست در ۲۴ ساعت اول تولد ، دفع ادرار و در ۴۸ ساعت اول، دفع مدفوع داشته باشد(داشتن ۶ تا ۸ پوشک مرطوب در ۲۴ ساعت، از روز چهارم تولد به بعد)

اولین مدفوع نوزاد تیره و قیری شکل می باشد و ممکن است ۲ تا ۳ روز طول بکشد و بعد از آن بسته به تعداد دفعات تغذیه شل می شود که به این حالت اسهال گفته نمی شود

بهداشت فردی

در هنگام تعویض از بالا بردن بیش از حد پاها و ایجاد فشار بر روی شکم و ستون فقرات خودداری شود.

ناحیه تناسلی پس از دفع ادرار و مدفوع با آب گرم تمیز شود و در نوزادان دختر از جلو به عقب پاک شود.

دستها مهمترین منبع انتقال میکروبهاست لمس نوزاد با دست های تمیز انجام شود..

استحمام اشکالی ندارد ولی تا وقتی که بند ناف نیفتاده نباید نوزاد داخل وان حمام شود فقط با اسفنج و آب ولرم میبایست شستشو شود بعد از افتادن بند ناف ، از ولرم بودن آب اطمینان حاصل کنید.دمای حمام ۲۵ تا ۲۸ درجه باشد.حوله ای که با آب گرم خیس شده روی پا انداخته سپس نوزاد را روی آن دمر بخوابانید و ابتدا سطح بدن ، دست ها و پاها را شسته سپس در همان حالت دمر سر نوزاد را شسته و آبکشی کنید.

از دست زدن به چشم نوزاد جلوگیری شود در صورت ترشح چرکی و اشک ریزش به پزشک مراجعه شود

از بوسیدن صورت و حتی دستهای نوزاد خودداری شود

مراقبت از بند ناف :

به تدریج خشک شده واز روز دوم تا سوم شروع به تیره شدن و طی ۲ هفته بعدز تولد می افتد.همیشه باز ، خشک و تمیز نگه داشته شود.از ناف بند استفاده نشود.بند ناف زیر پوشک نباشد در صورت قرمزی ، ترشح ، بوی بد از محل بندناف به پزشک مراجعه کنید

پوشاک نوزاد :

لباس نوزاد از جنس پنبه ای و متناسب با فصل باشد . دما اتاق ۲۴ تا ۲۷ درجه باشد.دمای طبیعی بدن نوزاد بین ۳۶.۵ تا ۳۷.۵ درجه میباشد.سر نوزاد با کلاه پوشانده شود در هفته های اول جوراب داشته باشد.نوزاد را روی سطوح سرد و کنار پنجره قرارندهید .

خواب

جای خواب نوزاد باید خشک وگرم ، امن ، کم نور و بی سرو صدا در کنار مادر باشد.بهتر است به پهلو یا پشت که سر نوزاد به یک طرف باشد خوابانده شود .به هیچ عنوان روی شکم نخوابانید.

وضعیت صحیح بغل کردن:

سرو گردن در یک امتداد باشد.بدن شیر خوار نزدیک بدن مادر و همه بدن شیر خوار حمایت شود.صورت نوزاد روبروی پستان و بینی اش رو به نوک پستان باشد



مشکلات شایع دوران نوزادی:

بادگلو : مدت زمان لازم ۱۵ تا ۲۰ دقیقه است.بعد از هر تغذیه از هر پستان اروغ نوزاد گرفته شود

علل گریه : خیس بودن پوشک ، گرسنگی ، سردی و گرمی بیش از حد ، درد و نفخ

بالا آوردن : برگرداندن شیر یک پدیده شایع در ماه های اول است و نباید باعث نگرانی شود مگر اینکه در شیر برگردانده شده خون وجود داشته باشد . نفخ ، بیقراری ویا وزن گیری خوبی نداشته باشد. که باید به پزشک مراجعه شود

زردی نوزاد : از ۲ الی ۳ روزگی ایجاد شده.زردی از سربه پایین به سمت گردن و سپس قفسه سینه پیش میرود.در موارد شدید به دست و پا میرسد.جهت کنترل زردی به متخصص اطفال و یا نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کرده تا اقدامات درمانی انجام شود . هرچه مقدار دفعات مدفوع بیشتر باشد زردی از طریق مدفوع بیشتر دفع میشود بنابراین دفعات شیردهی بیشتر شود.از دادن شیر خشن و ترنجبین خودداری شود چون منجر به اسهال و از دست دادن آب بدن میشود و در نتیجه باعث افزایش زردی میشود

واکسیناسیون اولیه نوزاد در بیمارستانی که متواد شده است انجام میشود *جهت انجام تست تیروئید نوزاد روز سوم تا پنجم تولد به مرکز بهداشت مراجعه کنید.

علائم خطر:(در صورت بروز اطلاع به پزشک)

زردی در ۲۴ساعت اول	ناله کردن
رنگ پریدگی یا کبودی	تنفس های تند
خوب شیرنخوردن	استفراغ مکرر
عدم دفع ادرار و مدفوع	بی حالی یا بیقراری شدید
تب یا سرد شدن اندام ها	ترشحات چرکی چشم