

❖ مراقبتهای اولیه نوزاد بلافاصله بعد از تولد انجام می‌شود و در چند ساعت اول نیز پزشک، نوزاد را به طور کامل معاینه می‌کند. زمان ملاقات‌های بعدی بر اساس نظر پزشک تعیین می‌شود.

❖ **زمان نوزادی** از هنگام تولد تا حدود یک ماهگی است و در این مدت نوزاد، خود را از نظر رفتاری و جسمی با محیط خارج از رحم تطبیق می‌دهد.

در این دوران دانستن نکات زیر برای شما مادر عزیز ضروری است:

❖ **اولین مدفوع** نوزاد تیره و قیری شکل است و ممکن است ۲ تا ۳ روز ادامه داشته باشد. بعد از آن بر حسب تعداد دفعات تغذیه، مدفوع شل می‌شود که این حالت اسهال تلقی نمی‌شود.

❖ **بندناف** نوزاد لازم است تمیز و خشک، بیرون از پوشک یا کهنه قرار گیرد. در صورت آلوده شدن بندناف با مدفوع یا ادرار آنرا با آب و صابون شسته و بلافاصله خوب خشک کنید.

★ از به کار بردن الکل یا هر ماده‌ی دیگر بر روی بندناف خودداری کنید. معمولاً پس از ۱ تا ۲ هفته بندناف خشک شده و خودبه‌خود می‌افتد. بعد از افتادن بندناف، خروج یک یا دو قطره خون و یا ترشح غیر چرکی و کم، طبیعی

است. اگر بندناف تا ۳ هفته نیفتد، لازم است به پزشک مراجعه کنید.

❖ در مورد زمان **ختنه‌ی** نوزاد بهتر است نظر متخصص را جویا شوید تا در زمان مناسب اقدام نمایید.

❖ **پستان** بعضی از نوزادان به طور طبیعی بزرگتر از حالت عادی است که خود به خود بهبود می‌یابد. از مکیدن و ماساژ دادن آن جداً خودداری کنید.

❖ برای **جلوگیری از سوختگی** ناشی از ادرار و مدفوع، پس از هر بار دفع، پاها و ناحیه‌ی تناسلی را با آب (از سمت جلو به عقب) شسته و کاملاً خشک نمایید. بهتر است این نواحی گاهی در معرض هوا قرار گیرد. در صورت ایجاد سوختگی می‌توانید از پماد اکسیدروی (اکسیددوژنگ) یا کالاندولا استفاده کنید.

❖ **شستن بدن نوزاد** قبل از افتادن بندناف بهتر است به کمک اسفنج یا پنبه‌ی نرم و تمیز و با آب و صابون انجام شده و با حوله به خوبی خشک شود. بعد از افتادن بندناف نوزاد را می‌توان در لگن یا وان مخصوص شستشو داد، قبل از استحمام حرارت آب لگن را با آرنج خود آزمایش کنید.

★ هفته‌ای دوبار حمام کردن برای نوزاد کافی است. بهتر است برای شستن بدن از صابون گلسیرین بچه یا

شامپوهای مخصوص بچه استفاده گردد.

❖ **درجه حرارت اتاق نوزاد** باید طوری باشد که والدین با لباس منزل احساس راحتی کنند (حدود ۲۵ درجه سانتی‌گراد). در این حالت لباس نوزاد باید سبک و راحت باشد و تعداد آن یک عدد بیشتر از والدین باشد. از قرار دادن نوزاد در مجاورت بخاری و شوفاژ و یا در معرض هوای سرد خودداری کنید.

❖ **میزان و طول مدت شیر خوردن** و فواصل تغذیه باید مطابق با میل و دلخواه شیرخوار باشد (نه طبق برنامه زمانبندی شده) و فقط مکیدنهای مکرر سبب افزایش شیر مادر می‌شود.

❖ **شیر مادر تا شش ماهگی** به تنهایی کفایت می‌کند و پس از آن با نظر پزشک یا مراقبین مراکز بهداشتی درمانی تغذیه کمکی شروع خواهد شد.

❖ برای **تشخیص درست و به موقع زردی نوزادی**، بهتر است به نوزاد لباس سفید بپوشانید و رنگ پوست وی را در اتاقی با نور کافی و ترجیحاً نور روز و از پشت پنجره بررسی نمایید.

★ اغلب نوزادان از روز ۲ الی ۳ بعد از تولد زرد می‌شوند لذا جهت تعیین شدت زردی نوزاد در تاریخ‌های تعیین شده به پزشک اطفال مراجعه نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
مرکز آموزشی درمانی ضیائیان
No P۱۵



مراقبت از نوزاد

تابستان ۱۳۹۹
پمفلت آموزشی مددجو

★ گرم یا سرد شدن اندامها و بدن نوزاد

★ تو کشیده شدن قفسه‌ی سینه

★ تشنج

★ رنگ پریدگی شدید یا کبودی

★ تحرک کمتر از معمول و بی حالی

★ استفراغ مکرر شیر

★ عدم دفع مدفوع و ادرار در روزهای اول

★ بی قراری و تحریک پذیری

★ وجود جوشهای چرکی در پوست

★ ناله کردن

★ ترشحات چرکی ناف یا قرمزی اطراف ناف

★ قرمزی اطراف چشم، خروج ترشحات چرکی و تورم

پلکها

★ خوب شیر نخوردن

بالا زوی سلامتی برای فرزند شما

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت‌های آموزش به بیمار

یا <http://ziaeian.ir>

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

❖ **واکسن‌های اولیه نوزاد**، در بیمارستان هنگام ترخیص

تزریق می‌شود و ادامه‌ی واکسیناسیون از پایان **۲ ماهگی** شروع می‌شود.

❖ **۳ الی ۵** روز بعد از زایمان جهت انجام تست غربالگری

و ۱۴ الی ۱۵ روزگی و **۳۰ الی ۴۵** روزگی جهت انجام

مراقبت کودک به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

جدول واکسیناسیون کودک

سن	نوع واکسن
بدو تولد	ب ث ژ - هپاتیت ب - فلج اطفال
۲ ماهگی	پنتاوالان (پنج گانه) - فلج اطفال
۴ ماهگی	پنتاوالان (پنج گانه) - فلج اطفال
۶ ماهگی	پنتاوالان (پنج گانه) - فلج اطفال
۱۲ ماهگی	MMR
۱۸ ماهگی	سه گانه - MMR - فلج اطفال
۶ سالگی	سه گانه - فلج اطفال

❖ طبق نظر پزشک از روز پنجم الی هفتم تولد، قطره

ویتامین «آ» و «د» را به شیرخوار بدهید.

❖ با نظر پزشک از **۶ ماهگی** یا همزمان با شروع غذاهای

کمکی قطره‌ی آهن را به شیرخوار بدهید. در نوزادانی

که با وزن کم بدنیا آمده‌اند، شروع قطره زودتر است.

در صورت مشاهده‌ی هر یک از علائم زیر در نوزاد، سریعاً

به پزشک یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید:

★ **زردی در ۲۴ ساعت اول تولد**