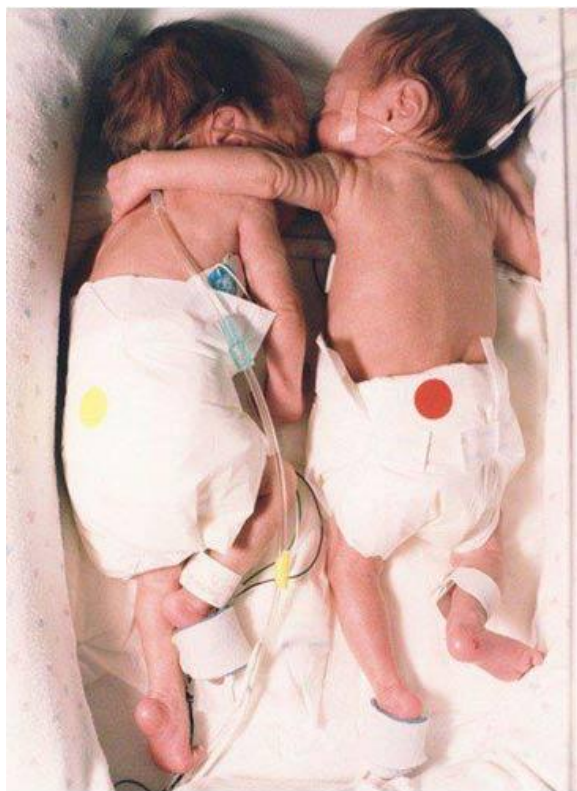


مراقبت از نوزاد



واحد بهداشت خانواده

شبکه بهداشت و درمان شهرستان بوانات

مهرماه 91

منبع: دانشگاه علوم پزشکی تبریز

مدفوع نوزاد:

مدفوع نوزاد در ۱۸ تا ۲۴ ساعت اول تولد به صورت ماده سیاه رنگ و چسبنده ای است که در برخی نوزادان ممکن است تا ۵ روز بعد از تولد نیز ادامه یابد. این ماده را باید با پنبه خیس شده با آب گرم از مقعد و اطراف آن پاک کرد. دفع مدفوع نوزاد در طی روزهای اول نظم خاصی ندارد و تا حدود زیادی بستگی به نحوه تغذیه نوزاد دارد. در تغذیه نوزاد با شیر مادر، مدفوع نوزاد شل و به رنگ سبز قهوه ای شده و گاهی دارای لخته های سفید شیر است. مدفوع نوزاد در حالت عادی شل، زرد یا سبز و بدون بو است. چنانچه نوزاد تا ۴۸ ساعت اول بعد از تولد دفع مدفوع نداشته باشد به پزشک مراجعه کنید.

والدین گرامی:

توصیه میشود هر چه زودتر برای رعایت فاصله گذاری بین فرزندان و حفظ سلامت خانواده خود روش پیشگیری از بارداری مناسبی را با همفکری و مشورت با کارکنان بهداشتی انتخاب کنید

برای این کار بدین ترتیب عمل نمائید: ابتدا چشمها و صورت نوزاد را تمیز کنید. برای این کار هر یک از چشمها را با یک گلوله پنبه تمیز که در آب جوشیده خیس کرده اید، از گوشه داخل چشم به طرف خارج پاک کنید. برای هر چشم یک تکه پنبه استفاده نمائید. صورت نوزاد را نیز به همین طریق با یک پنبه خیس تمیز کنید. سپس در حالی که بدن نوزاد را در پارچه نرمی پیچیده اید و صورت او به طرف شماست، سر نوزاد را با یک دست گرفته و با دست دیگر با شامپوی ملایم سر و موهای او را بشوئید. بعد از خشک کردن سر، پارچه دور بدن نوزاد را باز کرده و در حالتی که نوزاد طاقباز قرار دارد، گردن، زیر بغل، سینه و شکم نوزاد را با لیف تمیز و نرم آغشته با صابون پاک کنید. با یک پارچه مرطوب صابون را پاک کرده و نوزاد را به روی شکم برگردانید و به همین نحو پشت او را نیز تمیز کرده و او را با حوله نرمی خشک کنید. نوزاد را روی زمین قرار دهید لباسهایش را پوشانده، کهنه های او را باز کرده و باسن او را بشوئید. حال دستهای خود را صابونی کرده و رانها، ساقها و پاهایش را صابون بزنید و با پارچه مرطوب کف صابون را تمیز کرده و این قسمتها را کاملاً خشک نمائید. بعد از افتادن بند ناف میتوان نوزاد را داخل وان یا لگن حمام کرد. توجه نمائید که حرارت آب داخل لگن مناسب باشد. دمای آب باید به اندازه ای باشد که نه احساس گرمی و احساس سردی نمائید. (آب نیم گرم).

مقدمه :

بیست و هشت روز اول بعد از تولد را دوران نوزادی می نامند. این دوران بسیار حساس بوده و بیشترین مرگ و میر کودکان در این مدت اتفاق می افتد . بنابراین آگاهی پدر و مادر در مورد نحوه مراقبت از نوزاد ضروری است . در این جا به برخی از مراقبت های لازم برای نوزاد اشاره میشود.

تغذیه باشیرمادر :

مادر باید نوزاد خود را بلافاصله بعد از تولد به پستان خود بگذارد ، مگر این که وضع عمومی او یا نوزاد به عللی مساعد نباشد. تحقیقات نشان می دهد اگر مادر نوزاد خود را در ساعات اول تولد به پستان خود بگذارد و بدن مادر و نوزاد با هم تماس داشته باشد، شیر دهی موفق تر خواهد بود.

تغذیه با شیر مادر باید بلافاصله بعد از زایمان (در زایمان طبیعی) و یا بلافاصله بعد از به هوش آمدن مادر (در سزارین) شروع شود.

چند نکته :

➤ شیر روزهای اول (آغوز) کم ، اما برای نوزاد بسیار ضروری و کافی است و اولین واکسن نوزاد در برابر بیماریها می باشد.

➤ مادر از طریق شیر خود، عوامل دفاعی فراوانی را به نوزاد می دهد و او را در برابر بسیاری از بیماریها و سوء تغذیه ایمن و مقاوم می کند.

➤ پس از زایمان ،نوزاد با مکیدن پستان مادر ،سبب ترشح هورمونی میشود که منجر به انقباض رحم شده و در قطع شدن سریع تر خونریزی رحم موثر است.

➤ شیر مادر همواره آماده،در دسترس، با حرارت مناسب، دور از آلودگی ، ارزان و به صرفه است و سبب افزایش هوش کودک و پیشگیری از برخی از بیماریهای دوران کودکی و بزرگسالی میشود.

مراقبت از بند ناف :

خشک شدن بند ناف نوزاد از همان روزهای اول و دوم شروع میشود ، رنگ آن ابتدا زرد و سپس قهوه ای شده و بعد از یک تا دو هفته می افتد. در این مدت و قبل از افتادن بند ناف لازم است:

➤ بند ناف و محل اتصال آن به بدن نوزاد تمیز و خشک نگه داشته شود.

➤ بند ناف در معرض هوا قرار گرفته و خشک شود.

➤ از گذاشتن هر گونه پوشش بر روی بند ناف خودداری شود.

➤ کهنه نوزاد زیر بند ناف بسته شود.

➤ از دست کاری و قرار دادن مواد آلوده بر روی بند ناف اجتناب گردد. ضمنای استفاده از الکل نیز توصیه نمیشود زیرا الکل، خشک شدن جدا شدن بند ناف را به تاخیر می اندازد.

➤ گاهی در محل اتصال بند ناف به بدن نوزاد، ترشح شیری رنگ و بی بو و یا یکی دو قطره خون خارج میشود که اهمیتی ندارد.

زردی نوزاد:

تعدادی از نوزادان بعد از تولد دچار زردی میشوند. ممکن است زردی فقط در چشم نوزاد دیده شود و یا علاوه بر چشم، مخاط و پوست بدن نوزاد نیز زرد گردد. معمولاً در اثر رسوب ماده رنگی بنام بیلیروبین در قسمت های مختلف بدن مانند چشم و پوست، زردی ایجاد میشود. زردی نوزادان بر حسب زمان بروز آن علل مختلف دارد. برخی نوزادان در هفته اول پس از تولد (بین روز دوم تا پنجم) زرد میشوند و زردی تا روز هفتم ادامه پیدا کرده و سپس کاهش می یابد. این نوع زردی طبیعی است و مشکلی برای نوزاد به وجود نمی آورد. در این حالت تغذیه نوزاد با شیر مادر باید ادامه یافته و برای اطمینان توسط پزشک یا کارکنان بهداشتی معاینه شود. در صورت ادامه زردی و بیشتر شدن نواحی زرد در بدن شیر خوار ، به پزشک مراجعه شود. گاهی اوقات زردی نوزاد در ۲۴ ساعت اول بعد از تولد رخ می دهد. این نوع زردی اغلب به علت ناسازگاری خونی مادر و جنین به وجود آمده و خطرناک می باشد. این نوزادان باید سریعاً تحت نظر پزشک مداوا شوند. ادامه تغذیه نوزادان با شیر مادر در این مواقع نیز لازم است. برای درمان زردی نوزاد از دادن هر نوع ماده غذایی غیر از شیر مادر (مانند قندآب، ترنجبین ، شیر خشت) خودداری نمائید.

حمام کردن نوزاد:

نوزاد را میتوان در هر نوع لگن یا وان حمام کرد. قبل از شستشوی نوزاد باید وسایل لازم را آماده کرده و محیط اتاق را گرم کرد. پدر و مادر عزیز ، قبل از افتادن بند ناف نوزاد بهتر است نوزاد را خارج از وان حمام کنید.