توصیه هایی که برای شیردهی ومراقبت بهترنوزاد پس از ترخیص

ضمن آرزوی سلامتی برای شما وفرزند دلبندتان خواهشمنداست مطالبی را که در ذیل می آید با دقت مطالعه نموده ودر صورت نیاز به راهنمایی بیشتر یا طرح سوال با این شماره تلفن تماس بگیرید.

* 05832236552 –داخلی 182-178-153-140

1- پمفلت آموزشی داده شود.

2- واکسن ب ث ژوهپاتیت در ساعات اول تزریق شود.نوبت واکسن بعدی نوزاد شما در 2ماهگی است. امکان دارد محل واکسن ب ث ژ بعد از دو هفته زخم شود، دستکاری نکنید خودش خوب می شود اگر زودتر ازدو هفته زخم شد به پزشک مراجعه کنید .

3- قطره فلج اطفال باید هنگام ترک بیمارستان داده شود در صورت استفراغ در فاصله بیشتر از 10دقیقه نیازی به ریختن قطره نمی باشد.

4- زمان انجام تست غربالگری تیروئید پس از پایان 3تا5روزگی است پس در این زمان به مراکز بهداشت حر،بوعلی، حضرت رسول، باقر خان، مدنی ، کامیاب مراجعه کرده ویا اگرنوزاد در بیمارستان بنت الهدی بستری است با مسئول غربالگری هماهنگ کنید.

5- بند ناف می تواند محلی برای انتقال عفونت باشد که بهترین راه پیشگیری از عفونت شستشوی مداوم دستها می باشد.زمان طبیعی افتادن بند ناف بین 5تا14روز بعد از تولد می باشد.التهاب و عفونت باعث به تاخیر افتادن بند ناف می گردد.برای مراقبت از بند ناف بهتر است روی بند ناف باز باشد از هبچ ماده ضد عفونی کننده ای استفاده نکنید، توجه شود زمان پوشک کردن نوزاد ناف بیرون از پوشک قرارگیرد.

6- نوزاد به شکم خوابانده نشود.خواباندن نوزاد به پشت بهترین وضعیت خواب است .پس از شیردهی بهتر است نوزاد را به پهلو ترجیحا پهلوی راست بخوابانید.

7- دمای حرارت اتاق حدود 22تا24درجه سانتی گراد باشد نوزاد یک لایه بیشتر از والدین پوشش داشته باشدبرای بررسی گرم یا سرد بودن دست خود را روی شکم نوزاد قرار دهید در صورت گرم بودن ازپوشش نوزاد کم کنید ودرصورت سرد بودن یک لایه به پوشش نوزاد اضافه کنید..

8- در هنگام استحمام نوزاد تا زمانیکه بند ناف نیفتاده است نوزاد را در آب غوطه ور نکنیداز پارچه نرم ونم دارجهت پاک کردن بدن نوزاد استفاده کنید.

9- در هر بار تعویض پوشک ناحیه تناسلی و مقعد را با آب شستشو دهید ابتدا ناحیه تناسلی وسپس مقعد را شستشو دهید.

10- به گریه نوزاد توجه کنید نوزاد رادر آغوش گرفته ونوازش کنید حداقل یکبار در روز به صورت نوازش تمام بدن نوزاد را ماساژدهید .

11- ازروز 15به بعد از تولد نیاز به دریافت ویتامین به صورت قطره (A+D)روزانه یکبار 20قطره دارد..

12- پستان متورم نوزاد رابه هیچ عنوان فشار ندهید. به هیچ وجه به چشم نوزاد دست نزنید .یرای رفع گرفتگی بینی نوزاد قطره بینی استفاده کنید.

13-برای پیشگیری از زردی،نوزاد خود را مکرر شیر دهید وخیلی گرم نگه ندارید.زردی در 24ساعت اول پس از تولد غیر عادی بوده ونیاز به معاینه وبررسی بیشتر دارد اما از روز دوم به بعد بعضی از نوزادان شروع به زرد شدن می کنند که این زردی در3تا5روزگی به حد اکثر میزان خود میرسد .7تا10روز بعد از تولد زردی کاهش یافته وازبین می رود .در صورت افزایش میزان زردی پس از3تا5 روزگی ووجود هر یک از علائم خظر دوران نوزادی باید به پزشک مراجعه کنید.

 علائم خطری که در منزل باید به آنها اهمیت داده شود وکودک را به مراکز درمانی ببرید.

* بی اشتهایی-خوب شیر نخوردن
* استفراغ مکرر ومداوم با هر بار تغذیه
* تنفس مشکل –فرورتن قفسه سینه وناله کردن –تنفس خیلی سریع یا خیلی آهسته یا قطع تنفس
* درجه حرارت بالای 38درجه سانتیگراد
* رنگ پریده بودن دائم
* تشنج
* اسهال
* زردی پوست
* بیقراری شدید یا بی حالی
* ترشح چرکی ویا خونی وقرمزی اطراف ناف

14- تمامی نوزادان در24 ساعت اول پس از تولد باید دفع ادرار داشته باشند اگر دریافت شیر مادر کافی باشد نوزاد6تا8کهنه خیس خواهد داشت ابتدا درسه روز اول به دلیل کم بودن شیر مادر ممکن است کمتر از این میزان باشد در صورتیکه نوزاد در24ساعت اول ادرار نداشت باید توسط پزشک معاینه شود.

15- تمامی نوزادان در48ساعت اول پس ازتولد دفع مدفوع دارند در صورت عدم دفع نیاز به بررسی بیشتر توسط پزشک دارد رنگ مدفوع نوزاد درسه روز اول تولد سبز تیره وقیری شکل است وپس از آن برحسب تعداد دفعات تغذیه شل شده وبه رنگ زرد روشن در می آید.

16- ختنه بعد از افتادن بند ناف وترجیحا بین سن 1تا3ماهگی انجام شود.

 با تشکر مسئول آموزش شیردهی-وحدانی