

والدین عزیز لطفاً به نکات زیر  
بعد از ترخیص نوزاد نارس خود  
توجه نمایید:

علائم خطر به علامت هایی گفته می شود که در صورت بروز درهرزمانی باید به پزشک مراجعه کنید مانند تب، بی حالی، شیرنخوردن بیش از ۴ ساعت، کبود شدن، خواب بیش از حد معمول، زرد شدن پوست و چشم، تشنج و استفراغ های مکرر.

۱- فکر نکنید با هر دماسنجی می توان دمای بدن نوزاد را اندازه گیری کرد؛ مناسب ترین روش جهت کنترل دمای نوزاد، دماسنج دیجیتالی زیر بغلی است.

درجه حرارت نوزاد با دماسنج زیر بغلی ۳۶،۵ تا ۳۷،۵ طبیعی است در صورت دمای بالای ۳۷،۵ ابتدا لباس های نوزاد را کم کنید اگر همچنان پس از گذشت نیم ساعت نوزاد تب داشت، به پزشک مراجعه کنید.

۲- اکثر نوزادان نارس با دستورات دارویی مرخص می شوند والدین باید توجه کنند در صورتی که نوزاد شما به دنبال مصرف قطره مولتی ویتامین یا آ+د ، دچار تهوع و استفراغ می شوند می توانید این قطره ها را با شیرمادر مخلوط نموده تا از این مشکل جلوگیری کنید ،لازم به ذکر است که در باور برخی از مردم، این دو قطره باعث تشدید زردی می شود؛ باید بدانید که این باور اشتباه است.

برخی از والدین قطره آهن را به هر دلیلی به نوزاد خود نمی دهند. این والدین باید بدانند احتمال کم خونی را در نوزاد خود افزایش می دهند، اختلالات خواب ایجاد می کنند، در زمان مدرسه رفتن در یادگیری دچار مشکل خواهند شد. بهتر است جهت تحمل مناسب گوارشی، داروهای نوزاد همزمان باهم داده نشود.

۳- توصیه اکید ما، درباره تغذیه نوزادان فقط شیرمادر است که هر ۲،۵ تا ۳ ساعت باید به نوزاد شیر داده شود، باید بدانید تا ۶ ماهگی نوزاد حق ندارد هیچ چیزی به جز شیر مادر و دارو های تجویزی به او بدهید حتی آب.

۴- اولین معاینه نوزاد ۲۴-۴۸ ساعت پس از ترخیص است و ویزیت های بعدی هر هفته یکبار تا وزن نوزاد به ۲-۲,۵ کیلو برسد پس از آن پزشک تعیین می کند که ویزیت در چه زمانی باشد.

۵- تنها رنگ مدفوعی که در نوزادان مهم است و باید پیگیری گردد و مراجعه به پزشک داشته باشید. رنگ مدفوع سفید و سیاه است، در بقیه موارد به تغذیه مادر و نوزاد بستگی دارد و اهمیت بالینی ندارد.

در صورت خیس شدن پوشک کمتر از ۶ بار در روز و عدم دفع موفوع بیشتر از ۲ یا ۳ روز، نیاز به پیگیری دارد.

تمیز کردن پوشک باید با پنبه و آب خالی باشد نه دستمال مرطوب عطر دار. و حتما از جلو به عقب تمیز شود.

بند ناف داخل پوشک گذاشته نشود، خشک نگه داشته شود، دارویی روی آن نزنید معمولا بند ناف تا ۳۰ روزگی می افتد و نیاز به مراجعه نزد پزشک نیست.

تا چند هفته پس از افتادن بند ناف، دیده شدن چند لکه خون در لباس نوزاد طبیعی است و جای نگرانی نیست.

۶- والدین حتما پس از ترخیص در مراکز بهداشت برای نوزاد خود تشکیل پرونده بدهند تا پایش رشد و واکسیناسیون و غربالگری، در آنجا به صورت مرتب انجام شود.

باید بدانید واکسیناسیون نوزادان نارس مثل روتین کشوری است و فرقی ندارد و زمان غربالگری ها ۳-۵ روزگی، هفته دوم تولد، هفته ۴ تولد و هفته ۱۰ تولد می باشد.

۷- حمام کردن نوزاد باید با آب ولرم و به مدت کوتاه انجام شود و بیشتر از ۱۰ دقیقه طول نکشد که در هفته بیشتر از ۲ بار توصیه نمی شود و پوست نوزاد مرطوب نگه داشته شود.

\*دمای اتاق نوزاد نارس، ۲۴ تا ۲۶ درجه می باشد.

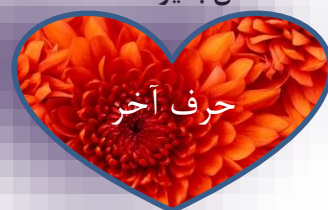


این بیماری به علت کامل نشدن عروق شبکیه چشم در نوزادان نارس اتفاق می افتد و نیاز به پیگیری بعد از تولد دارد

رتین به معنای شبکیه است و رتینوپاتی مشکلاتی است که به شبکیه چشم آسیب می رساند. این بیماری در حین تکامل عروق خونی شبکیه ایجاد می شود و هرچه هفته نوزاد نارس کمتر باشد این بیماری شدیدتر است. این بیماری درجات مختلفی دارد که باید معاینه و درمان، طبق آن انجام شود.

نوزادان نارس با سنّ حاملگی کمتر از ۳۴ هفته و نوزادان با وزن کمتر از ۲ کیلو و تمام نوزادانی که اکسیژن دریافت کرده اند، در معرض خطر **ROP** می باشند که اگر درمان نشوند می تواند باعث کم بینایی یا نابینایی شود در نتیجه در ۴هفتگی (۲۸ روزگی) جهت اولین معاینه چشم، به فوق تخصص شبکیه چشم مراجعه کنند و دفعات بعدی معاینه توسط فوق تخصص شبکیه چشم تعیین خواهد شد که والدین باید پیگیر آن باشند.

والدین می توانند در زمان داشتن سوال اورژانسی در مورد نوزاد خود با شماره ۵۵۰۶۲۶۲۸ با داخلی های ۳۳۵-۳۱۸-۳۳۶ تماس بگیرند.



نوزادانی که به صورت نارس به دنیا می آیند نسبت به سایر نوزادان بیشتر در معرض بیماری و ابتلاء به عفونت هستند؛ در نتیجه توصیه می شود برای جلوگیری از بروز بیماری تا هنگام رشد کامل، از بردن نوزادان به جاهای شلوغ خودداری کنید.



((واحد پرستار پیگیر و آموزش به بیمار مرکز مهدیه))