

پدر و مادر گرمی برای داشتن فرزند سالم و با نشاط که بتواند دوران کودکی را سپری نماید.

نکات زیر را رعایت فرمائید.

واکسیناسیون نوزاد یک امر حیاتی است و اولین واکسن حیاتی شیر مادر است که کودک را در برابر بیماری ها حفظ می کند پس در شیر دادن به نوزاد کوشا و بردبار باشید.

از دادن آب- قند شیر خشک و سایر مایعات و غذاها در ۶ ماه اول به شیر خوار پرهیز گردد . فقط شیر مادر و قطره AD یا مولتی ویتامین از ۵ روزگی در ۶ ماه اول زندگی با صلاحدید پزشک برای نوزاد شروع شود .

برای شیر دادن مادر در وضعیت راحتی قرار گیرد سر نوزاد در قسمت آرنج تنه در قسمت ساعد و باسن نوزاد در کف یک دست مادر باشد بدن نوزاد در نزدیکی بدن مادر و سر و تنه نوزاد در یک امتداد قرار گیرد مادر با دست دیگر پستان را گرفته و به کنار لب های نوزاد تماس حاصل نماید رفلکس جستجو را تحریک نماید.

بعد از باز شدن دهان نوزاد نوک پستان باید در دهان نوزاد گذاشته شود تا شیر خوار بتواند وضعیت مکیدن را آغاز نماید.

بعد از هر بار شیر خوردن حتماً باد گلوی نوزاد را بگیرید و با تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۶ ماه اول زندگی تداوم شیردهی تا پایان ۲ سالگی بهره هوشی کودک خود را افزایش دهیم.

به علائم زودرس گرسنگی در نوزاد توجه شود. نوزاد وقتی دست در دهان ببرد و یا زبان را روی لبها بکشد .چشمها را باز و بسته کند نشانه زودرس گرسنگی است ، نباید بگذاریم نوزاد برای گرسنگی گریه کند زیرا سبب بیقراری او می شود. و از گرفتن پستان امتناع می کند.



چگونه متوجه شویم شیرمان برای نوزاد کافی است؟

1- نوزاد خوب وزن میگیرد . ۲- روزانه ۶ تا ۸ بار پوشک را خیس کرده و ادرار می کند ۳- روزی ۲ الی ۳ بار اجابت مزاج دارد.

● **بندناف** را تمیز و خارج از پوشک نوزاد قرار دهید تا خشک شود و خود به خود بیافتد(بین یک تا دو هفته) نیازس به استفاده از اس و بتارین نیست از ناف بند استفاده نشود در صورت قرمز شدن و یا وجود ترشحات به پزشک مراجعه شود.

بعد از هر بار اجابت مزاج باسن نوزاد را با آب ولرم شستشو دهید از پوشش فراوان و حرارت بیش از حد محیط جداً خودداری نمایید.

(دمای مناسب ۲۸-۲۶ درجه میباشد)

خودمراقبتی:

در صورت زرد شدن نوزاد بیحالی بی قراری تب-عدم شیر خوردن و هر علت غیر طبیعی سریعاً به پزشک مراجعه کنید . از دادن هر گونه دارو بدون دستور پزشک خصوصاً داروهای گیاهی کاملاً پرهیز کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه

مرکز آموزشی درمانی معتضدی

توجهات لازم پس از ترخیص نوزاد از بیمارستان

تایید کننده: دکتر نوشین میلادی (متخصص نوزادان)

تهیه کننده: الهام عزیزی (سوپروایزر آموزش سلامت)

تلفن: ۷۲۴۶۳۵۱-۷۲۴۶۶۹۳

خط مستقیم آموزش به بیمار: ۷۲۶۴۷۹۰

واحد آموزش بیمار داخلی 185

www.motazedi.kums.ac.ir

فروردین 1404

در هنگام خروج از بیمارستان واکسن بدو تولد (ب ث ژ) هپاتیت و فلج اطفال داده می شود. نوبت بعدی واکسن در دو ماهگی خواهد بود. از بخش نوزادان **کارت واکسیناسیون** دریافت گردد.

در سال اول تولد هر ماه کودکان را برای کنترل قد و وزن به پایگاههای بهداشتی نزد محل سکونت خود ببرید.

در هنگام ترخیص ارائه شناسنامه و کارت ملی شما و همسرتان همراه با **کارت ولادت** برای صدور **گواهی ولادت** ضروری است ۱۵ روز مهلت دارید تا با مراجعه به اداره ثبت احوال برای نو رسیده خود شناسنامه دریافت نمایید گل تازه شکفته تان را با نام های نیک نام گذاری کنید.

۴۸ ساعت بعد از ترخیص از بیمارستان به پزشک اطفال مراجعه کنید از روز سوم تا پنجم ولادت نوزاد راجعت انجام **تست تیروئید** با استفاده از یک قطره خون از پاشنه پای نوزاد) به پایگاههای بهداشتی دولتی ببرید. بخش نوزادان نزدیکترین پایگاه را به شما معرفی می کند. بعد از ترخیص از بیمارستان نوزاد دلبندتان را به آرامی و بسیار کوتاه حمام کنید. نوزادان نارس که در بخش NICU و نوزادان بستری می شوند خصوصاً آنهایی که سابقه دریافت اکسیژن و تهویه مکانیکی رادارند. در معرض بیماری نارسایی شبکیه چشم (**ROP**) قرار دارند که در صورت عدم درمان ممکن است شیب نابینایی شود لذا این نوزادان پس از ترخیص توسط چشم پزشک معاینه شوند همچنین در معرض مشکلات شنوایی هستند لذا بایستی مورد **غربالگری شنوایی** قبل یا بعد ترخیص قرار گیرند