# قدم نو رسیده مبارک

## مراقبت های لازم از نوزاد بلافاصله بعد از تولد

- خشک کردن و گرم نگهداشتن نوزاد
- تماس پوست با پوست با مادر با قرار دادن نوزاد روی سینه یا شکم مادر
- تزریق ویتامین k به نوزاد

## اهمیت تماس پوستی در لحظات اولیه بعد از تولد

- برقراری و استحکام پیوند عاطفی و روانی (Bonding) بین مادر و نوزاد( توجه بیشتر به فرزند و بوسیدن و نوازش بیشتر)
- آرامش مادر ونوزاد وثبات ضربان قلب و تنفس نوزاد
- گرم شدن بدن نوزاد با دمای بدن مادر
- کمک به تطابق متابولیک و ثبات گلوکز خون نوزاد
- آزادسازی سریع اکسیتوسین( هورمون عشق)
- کاهش گریه نوزاد و کاهش استرس
- تماس اولیه نوزادبا مادرنه شخص دیگر
- شروع موفق تغذیه با شیر مادر و تداوم آن به مدت طولانی

**توجه داشته باشید که بعضی از نوزادانی که به صورت نارس بدنیا می آیند یا وزن زمان تولد کمتر از ۲۵۰۰ گرم یا بیشتر از ۴۰۰۰ گرم دارند، ممکن است نیازمند مراقبتهای بیشتری باشند**

## اولین تغذیه نوزاد

وقتی نوزاد سالم، بلافاصله پس از زایمان در تماس پوست با پوست روی شکم مادر قرار گیرد، می تواند طی حدود یک ساعت با بوییدن دست خود و نوک پستان مادر که از دوران جنینی با بوی آن( مایع آمنیوتیک) آشناست، خود را به پستان مادر رسانده و با لمس نوک پستان مادر و با حرکات دست خود، ترشح شیر را در او تحریک کند. ضمن بوییدن نوک و هاله پستان، آن را بلیسد و به دهان بگیرد و اولین تغذیه را آغاز کند

## رعایت نکات بهداشتی و شستشوی دستها:

**دست ها** مهم ترین منبع انتقال میکروب به بدن نوزاد هستند. بنابراین لازم است قبل از هرگونه تماس با نوزاد و قبل از شیردهی، حتما دستها رابا آب و صابون بشوئید.

## معیارهای رشد نوزاد:

**قد :** در زمان تولد قد نوزاد رسیده، ۴۸ تا ۵۳ سانتی متر است

**وزن:** بین ۲۵۰۰ تا ۴۰۰۰ گرم در زمان تولد

**دورسر:** ۳۳ تا ۳۷ سانتی متر

**البته این معیارها به ژنتیک، جثه و قد پدر و مادر، تغذیه و شرایط محیطی و آب و هوایی نیز بستگی دارد.**

## سر نوزاد:

به طور طبیعی در مقایسه با سایر اندام ها مانند شکم، یا دور سینه بزرگتر است که با رشد نوزاد متناسب می شود. گاهی به دنبال زایمان طبیعی ،ممکن است سر حالت کشیده داشته باشد و یا مقداری مایع زیر پوست سر جمع شود که امری طبیعی است و طی روزهای اول بعد از تولد به حالت اولیه برمی گردد

## چشم نوزاد:

چشمان نوزاد تازه متولد شده بلافاصله بعد از تولد دارای قدرت بینایی است.

## توجه:

- از دست زدن به چشم نوزاد، خودداری کنید. تورم پلک نوزاد در هنگام تولد شایع است و ممکن است همراه با ترشحات مخاطی باشد. اگر این حالت در اولین روز زندگی دیده شد، جای نگرانی نیست و معمولا خود بخود بهبود می یابد. در صورت تورم، قرمزی پلک ها، ترشح چرکی و یا اشک ریزش با پزشک مشورت کنید.
- از ریختن هرگونه قطره و یا مایعاتی نظیر چای، درون چشم نوزاد خودداری شود. رگه های خونی ملتحمه چشم نوزاد، طبیعی بوده و در عرض ۱ تا ۲هفته اول بعد از تولد خودبخود بهبود می یابد.

## بینی نوزاد:

حس بویایی نوزاددر زمان تولد فعال بوده و و قدرت بویایی نوزاد، بیشتر از بزرگسالان است و به همین علت بوی مادر، پدر و شیر را بخوبی احساس می کند.

در صورت گرفتگی بینی نوزاد، با استفاده از چکاندن قطره بینی ( با تجویز پزشک) برای رفع گرفتگی بینی نوزاد اقدام کنید و از چکاندن شیر مادر در داخل بینی نوزاد، به منظور باز نمودن بینی او خودداری کنید. زیرا ممکن است شیر وارد ریه نوزاد شده و سبب رشد میکروب ها و ایجاد عفونت بینی و ریه او شود.

## دهان نوزاد:

گاهی ممکن است در دهان نوزاد شما ، دندان های تکامل نیافته و یا کیست هایی روی لثه و یا کف دهان یا کام نوزاد دیده شود . این ضایعات خود بخود از بین می روند و نیازی به درمان ندارند.

اگر در هنگام گریه کردن، یک طرف دهان نوزاد بیشتر از طرف دیگر حرکت کند، احتمالا اعصاب صورت صدمه دیده اند و باید به پزشک مراجعه کنید.

**برفک** یکی از شایع ترین بیماریهای دهان نوزاد می باشد. این عارضه به صورت ترشحات سفید و پنیری بر روی زبان، سقف دهان و سطح داخلی گونه ها دیده می شود که باید توسط پزشک درمان شود



منبع : پرستاری مادر و نوزاد (لیفر)

تهیه و تنظیم : کمیته آموزش وارتقا سلامت همگانی

تاریخ تهیه :تابستان۱۴۰۱ تاریخ بازنگری:آبان ۱۴۰۵


ارتباطات

تلفن تماس : ۳۳۳۳۷۹۸۳۹-۰۹۰۳۳۹۰۵۷۹۷

دورنگار : ۳۳۳۶۲۲۰۲

وب سایت بیمارستان: noornejathosp.com


**بیمارستان تخصصی وفوق تخصصی نورنجات**

**راهنمای آموزش بیماران**




# مراقبت از نوزاد ۱

**کد:** HE-PAM-24