مادر گرامی:

شیرمادر غذای اصلی شیرخوار است. قبل از هر بار شیردهی باید دستهای خود را بشویید. نوزاد را به دفعات دلخواه او ۱۰ تا ۱۲ بار در شبانه روز تغذیه نمایید. به هیچ وجه بدون توصیه پزشک معالج به شیرخوار شیر خشک ندهید.

شیر روزهای اول آغوز نامیده می شود که حاوی مواد ایمنی زا است و نوزاد را در برابر بسیاری از بیماری ها ایمن می کند.

از دادن آب،آب قند ،شیر مصنوعی و سایر مایعات در شش ماه اول به شیر خوار بپرهیزید

♦به علت آلودگی و وابستگی نوزاد و قطع شیرمادر ،توصیه می شود به هیچ عنوان از شیشه شیر و پستانک استفاده نشود.

♦از گرم کردن بیش از حد اتاق، پرهیز نمایید.در جه حرارت مناسب اتاق نوزاد بین ۲۴ تا ۲۸ درجه سانتی گراد می باشد

♦سر نوزاد حتماً باید با یک کلاه پوشانده شود.

♦قطره ویتامین AD از روز سوم تولد شروع می شود.

♦از مصرف داروهای گیاهی مثل ترنجبین،شیر خشت و خاک شیر اجتناب شود.مصرف این داروها ممکن است سبب اسهال و کم آبی بدن نوزاد شود.

مراقبت از بند ناف شامل خشک شدن در معرض هوا و نگه داشتن پوشک زیر بند ناف تا زمان افتادن آن(۱۰ تا ۱۴ روزگی)است در صورت مشاهده موارد زیر حتما به پزشک مراجعه کنید:

- ورم و قرمزی ناف و اطرافش
- تب یا بدحالی نوزاد
- خونریزی از بند ناف
- وجود چرک یا هر نوع ترشح در محل بند ناف حتی بعد از پاک کردن آن
- استشمام بوی بد از بند ناف
- دیر افتادن بند ناف تا بعد از ۱۵ روزگی

به دلیل افزایش هورمون های مادر در بارداری در برخی از نوزادان برجستگی و

مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی بیمارستان بهار شاهرود

ترشح شیر از پستان مشاهده می شود که لازم است از دستکاری آن پرهیز شود.

در صورت مشاهده علائم زیر به پزشک مراجعه نمایید:

شیر نخوردن و بی حالی،زرد شدن پوست،درجه حرارت بیش از ۳۷.۵ درجه نوزاد،سیانوز(سیاه شدن پوست)،افزایش تعداد تنفس بیش از شصت بار در دقیقه

حمام نوزاد هفته ای دو بار و در مدت زمان کوتاه انجام شود و برای جلوگیری از لیز خوردن نوزاد پارچه نخی تمیز بین پوست مادر و نوزاد گذاشته شود.

تست شنوایی سنجی در بدو تولد در بیمارستان انجام و نوبت بعدی در کارت شنوایی سنجی نوزادتان ثبت می شود.

تست غربالگری تیروئید در روز ۳-۵ تولد در مرکز بهداشت انجام می شود که نوزادانی که در بیمارستان بستری می شوند در روز ۱۴ تولد مجددا باید تست تکرار شود.

حداقل ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از ترخیص نوزاد را به پزشک معالج نشان دهید.

شیرخوار در ماه های اول زندگی مستعد ابتلا به بیماری ها هستند لذا از تماس با افراد بیمار و مکان های شلوغ پرهیز شود.

بیمارستان بهار

شماره تماس : ۳۲۲۴۰۸۲۴

کد سند:BH.adu.pam.05.26

آموزش های پس از ترخیص



تهیه و تنظیم : دفتر آموزش سلامت

بازنگری بهار۱۴۰۵

منبع : برنامه کشوری مراقبت تکاملی نوزادان در بیمارستان

راهنمای جامع مراقبت های ادغام یافته کودک سالم

مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی بیمارستان بهار شاهرود