



نوزاد نارس

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- این نوزادان در مقایسه با نوزادان رسیده، تعداد دفعات بیداری بیشتری داشته، لذا در این مورد نگران نباشید.
- بهتر است که برای معاینات دوره‌ای و واکسیناسیون منظم با مراکز بهداشتی یا پزشک خود به صورت منظم در ارتباط باشید.
- مراقب باشید که نوزاد روی شکمش نخوابد.
- از قرار دادن نوزاد در کنار بخاری، رادیاتور شوفاژ، جریان باد کولر و یا پنکه و یا تابش مستقیم آفتاب پرهیز شود.
- لازم است شیرخوار پوشش مناسب داشته باشد. معمولاً پوشاندن کلاه، جوراب و دستکش در روزها و حتی هفته‌های اول بعد از ترخیص، به خصوص در فصول سرد سال توصیه می‌شود.
- کنترل درجه حرارت نوزاد (درجه حرارت مناسب بدن نوزاد با تب گیر زیر بغل ۳۶ تا ۳۶/۵ سانتی‌گراد) بهترین راه پرهیز از مشکلات گرما و سرمای بدن نوزاد می‌باشد.
- به دلیل ضعف جسمانی که دارند، نیازمند صبر و حوصله بیشتری برای تغذیه می‌باشند و لذا ممکن است مجبور شوید حتی ساعت‌ها برای تغذیه او وقت بگذارید.
- تداوم تغذیه با شیر مادر یا شیر خشک هر ۲ تا ۲/۵ ساعت لازم است. در صورت خواب بودن نوزاد بیشتر از ۳ تا ۴ ساعت احتمال کاهش قند خون وجود دارد لذا بهتر است تغذیه با شیر قبل از رسیدن به این حد با بیدار کردن شیرخوار از سر گرفته شود.
- شیرتان را در فواصل منظم حدود ۶ تا ۸ بار در روز بدوشید تا سینه‌تان تحریک به تولید شیر شود.
- خیس بودن کهنه و وزن گیری روزانه ۲۰ تا ۳۰ گرم یا هفته‌ای ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم بهترین معیار برای وزن‌گیری مناسب است.
- نوزادان نارس با سن حاملگی کمتر از ۳۴ هفته و وزن کمتر از ۲۰۰۰ گرم و تمامی نوزادان نرسی که سابقه دریافت اکسیژن و یا دستگاه کمک تنفسی دارند، در معرض خطر بیماری نرسی شبکیه چشم قرار دارند. که در صورت عدم درمان ممکن است سبب نابینایی شود. لذا این نوزادان باید در ۴ تا ۶ هفتگی توسط فوق تخصص شبکیه چشم و یا چشم پزشکی که تجربه کافی در این زمینه دارند معاینه شوند. مراجعات بعدی توسط چشم پزشک معین می‌گردد.
- داروهایی که پزشک دستور می‌دهد را مرتب و سر وقت به نوزاد بدهید و از قطع آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در صورت صلاحدید پزشک جهت معاینه نوزاد توسط پزشک، ارزیابی شنوایی، سونوگرافی مغز و لگن اقدام شود.
- از تماس کسانی که دارای عفونت مجاری تنفسی و سرما خورده هستند با نوزاد جلوگیری کنید. بوسیدن نوزاد ممکن است باعث انتقال بیماری‌ها به نوزاد نارس شود.
- بهتر است در ماه‌های اول زندگی نوزاد نارس از مسافرت‌های طولانی و حضور در مهمانی‌های شلوغ پرهیز شود. - از کمک اعضاء خانواده در مراقبت از نوزاد خود استفاده کنید.
- چون نوزادان نارس ظرفیت محدودتری برای بهبودی و رشد دارند مراقب باشید در خواب نوزاد اختلال ایجاد نشود.
- نباید نوزاد به وسیله سر و صدای محیط، نور و لمس بیش از حد تحریک شود.
- زمانی که نوزاد رسیده تر شد و شرایط جسمی با ثبات تری پیدا کرد می‌توانید دوره‌های منظم مراقبت کانگورویی قراردادن نوزاد روی شکم مادر و ماساژ را برای او انجام دهید.
- مسئولیت مراقبت از نوزاد بر عهده شما می‌باشد و بنابراین لازم است از آمادگی لازم برای ایجاد مهارت‌های زیر برخوردار باشید:
- احیاء قلبی، ریوی نوزاد و مراقبت‌های اساسی از نوزاد و نحوه استفاده از دارو و تجهیزات پزشکی در منزل

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- علائمی مانند تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ‌های مکرر، بی حالی و یا تشنج و ...
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی



شناسنامه فرم آموزش پس از ترخیص کد ۰۹-۹۹

عنوان	نوزاد نارس
منبع	برونر و سودارث
تهیه کننده	سوپروایزر آموزش به بیمار الهام سرتهی
پزشک تایید کننده	دکتر الهی - فوق تخصص نوزادان
تاریخ بازنگری	بهار ۱۴۰۲