

ضمن عرض تبریک تولد فرزندتان یادآور می شویم که بهترین هدیه شما به وی، محیط گرم و صمیمی خانواده، آغوش گرم و پر محبت پدر و مادر، حمایت خانواده به خصوص پدر از همسر خویش و تغذیه انحصاری شیرخوار با شیر مادر است.

### زمان نوزادی:

از هنگام تولد تا حدود یک ماهگی است. در این دوران دانستن نکات زیر برای شما مادر عزیز ضروری است:

نوزاد شما غالباً ۸ تا ۲۱ بار در روز شیر می خورد . حداقل ۶ بار ادرار می کند و حداقل ۳ بار مدفوع نرم دارد.

**اولین مدفوع** سیاه رنگ است که به تدریج در طی یکی دو روز دیگر سیاه متمایل به سبز و سبز متمایل به قهوه ای و روز ۴ تا ۵ به رنگ زرد خردلی تغییر می کند.

**بندناف** نوزاد لازم است تمیز و خشک نگاه دارید و باید بیرون از پوشک یا کهنه باشد و در صورتی که با مدفوع یا ادرار آلوده شد آنرا با شامپو بچه و آب شسته و خشک کنید.

ناف نوزاد معمولاً بین روزهای دهم تا پانزده می افتد. بعد از افتادن بند ناف، خروج یک یا دو قطره خون و یا ترشح چرکی و کم طبیعی است.

**در صورتی که بند ناف تا ۳ هفته نیفتد باید به پزشک مراجعه کنید.**

**شستن بدن نوزاد** روزانه با شامپوی بچه و آب در اتاق با دمای ۱۵ تا ۱۸ درجه سانتی گراد به دور از کوران هوا انجام شود. قبل از شروع حرارت آب مورد استفاده را با آرنج خود آزمایش کنید. ابتدا سر و گردن و صورت و بعد تنه و کشاله ران را شسته و بلافاصله نوزاد را خشک نمایید و لباس مناسب فصل به او بپوشانید.

**درجه حرارت اتاق نوزاد** باید حداکثر ۱۳ تا ۱۴ درجه سانتی گراد و لباس او نرم و سبک باشد. بنابراین از پوشاندن لباس و رو انداز زیاد یا قرار دادن نوزاد نزدیک وسایل گرمایشی خودداری کنید. چون گرمای زیاد سبب از دست دادن آب بدن نوزاد تب ببقاراری شیر نخوردن و یا کاهش توان مکیدن و کاهش وزن او می شود.

برای جلوگیری از سوختگی ناشی از ادرار و مدفوع پس از هر بار دفع پاها و ناحیه تناسلی را با آب (از سمت جلو به عقب) خشک نمایید. بهتر است این نواحی گاهی در معرض هوا قرار گیرد کنید.

در صورت ایجاد سوختگی میتوانید از پماد کالاندولا استفاده کنید.



**برای تشخیص درست و به موقع زردی نوزادی** بهتر است به نوزاد لباس سفید بپوشانید و رنگ پوست وی را در اتاقی با نور کافی و ترجیحاً نور روز و از پشت پنجره بررسی نمایید. اغلب نوزادان از روز ۱ تا ۳ بعد از تولد زرد میشوند لطفاً در صورت شک به زردی به بخش نوزادان یا متخصص نوزادان مراجعه نمایید.

**واکسیناسیون بدو تولد** شامل واکسن سل - فلج اطفال و هپاتیت بی، جهت نوزاد شما تلقیح شده است . نوبت بعدی واکسیناسیون پایان دو ماهگی است.

نوع واکسن	سن	نوع واکسن	سن
سه گانه - فلج اطفال - هپاتیت ب	۶ ماهگی	ب.ث.ز - فلج اطفال - هپاتیت ب	بدو تولد
MMR	۱۲ ماهگی	سه گانه - فلج اطفال - هپاتیت ب	۲ ماهگی
سه گانه - فلج اطفال - MMR	۱۸ ماهگی	سه گانه - فلج اطفال	۴ ماهگی
سه گانه - فلج اطفال	۶ سالگی		

**غربالگری سه بیماری مهم** فنیل کتون اوری، فاویسم و هیپوتیروئیدی جهت نوزاد در روزهای ۳ تا ۵ پس از تولد انجام می شود. جهت انجام غربالگری به نزدیکترین مرکز بهداشت نزدیک منزل خود مراجعه نمایید.

**واحد آموزش سلامت بیمارستان امام خمینی (ره) دهدشت**



سلامتی روز افزون شما آرزوی ماست

## راهنمایی مراقبت از نوزاد

واحد آموزش سلامت همگانی  
بیمارستان امام خمینی (ره) دهدشت  
تهیه کننده : علی اکبر اکبریور  
کارشناس ارشد پرستاری  
سوپروایزر آموزش سلامت  
تاریخ تهیه : 20/5/1402



### جهت دانلود

پمفلت ها و فیلم های آموزش به بیمار  
به سایت بیمارستان مراجعه نمایید.  
[Emam Khomeini. Yums.ac.ir](http://Emam Khomeini. Yums.ac.ir)  
تلفن : 0743225903-7  
داخلی 169

**شنوایی سنجی** معمولا در ۲۴ ساعت اول جهت نوزاد انجام می شود و نتیجه به شما اعلام می شود. در غیر این صورت بخش نوزادان پیگیری نماید.  
**ویزیت مجدد** نوزاد در روز ۴ تا ۶ پس از تولد توسط متخصص نوزادان ضروری است.  
لطفا به تاریخ مراجعه که در کارت نوزادتان قید شده است توجه فرمایید.  
**گریه نوزاد** فقط به دلیل گرسنگی نیست می تواند به دلایل زیر هم باشد:  
خستگی تنهایی نفخ تحریک بیش از حد، دمای نامناسب اطاق و نور یا سرو صدای بیش از حد  
**توصیه ها** : گرفتن باد گلو تعویض پوشک برهنه کردن کامل و بررسی لباس های او  
دمر کردن نوزاد و زدن به پشت او تنظیم دما نور و صدای محیط  
**در صورت مشاهده ی هر یک از علائم زیر در نوزاد، سریعا به به پزشک یا مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید:**

- **زردی**
  - گرم یا سرد شدن اندامها و بدن نوزاد تشنج
  - رنگ پریدگی شدید یا کبودی
  - تحرک کمتر از معمول و بی حالی
  - شیر نخوردن یا استفراغ مکرر
  - عدم دفع مدفوع و ادرار در روزهای اول
  - بی قراری و تحریک پذیری
  - وجود جوشهای چرکی در پوست
  - تورم و قرمزی پوست اطراف ناف
- در صورت بروز هر گونه مشکل یا داشتن سوال در تمام شبانه روز با بخش نوزادان بیمارستان تماس بگیرید.