



## پاسخ به سوالات پر تکرار در مراقبت از نوزاد

گروه هدف: مادران باردار



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با تأیید: دکتر شیرین محمدی - فوق تخصص نوزادان

بهار ۱۴۰۵ بازبینی مجدد سال ۱۴۰۸

۶ ماهگی بصورت ماهانه ادامه یابد.

- **نحوه مراقبت از بند ناف چگونه است؟** زمان افتادن بند ناف به طور متوسط چهارده روز است، عدم نیاز به استفاده از الکل، بتادین، ناف بند، بیرون ماندن بند ناف از پوشک از نکات نگهداری بند ناف می باشد، در صورت رویت ترشح به پزشک مراجعه شود.
- **نحوه خوابانیدن در کنار مادر چگونه است؟** محل خواب نوزاد از بستر مادر دور باشد. مادر و نوزاد بهتر است در یک اتاق و در بستر متفاوتی بخوابند و مراقبت از نظر سقوط از تخت انجام شود و بالش و عروسک اضافه در تخت نباشد.
- **زمان کوتاه کردن ناخن چه زمانی است؟** در هنگام خواب با قیچی مخصوص سر گرد، ۱-۲ بار در ماه ناخن دست و ۱-۲ بار در ماه ناخن پا
- **زمان ختنه نوزاد پسر را می داند؟** از یکماهگی با وزن بیشتر از ۲۵۰۰ و بعد از معاینه متخصص اطفال و تایید سلامت آلت نوزاد
- **زمان اولین استحمام نوزاد چه زمانی است؟** استحمام نوزاد ۲۴ ساعت پس از تولد اوست و بصورت دو تا سه بار در هفته انجام شود:  
الف: دما بین ۲۲-۲۴ درجه  
ب: منزل زیاد گرم نباشد  
ج: لباس زیاد پوشانده نشود.

منبع: کتاب نلسون ۲۰۲۲ - ترویج تغذیه با شیر مادر

- **راه های افزایش شیر مادر چیست؟** مکیدن مکرر پستان توسط نوزاد یا دوشیدن پستان، شیردهی شبانه، آرامش اعصاب و خواب مناسب.
- **اهمیت شیر آغوز چیست؟** الف: خاصیت واکسن دارد ب: مقدار آن کم است اما جوابگوی نیاز تغذیه نوزاد می باشد.
- **روش دوشیدن پستان چگونه است؟** الف: گذاشتن حوله گرم زیر بغل و بالای سینه و یا استحمام ب: ماساژ از بالا به پایین ج: نحوه گرفتن انگشتان در زمان دوشیدن د: نگاه کردن به تصویر یا فکر کردن به نوزاد
- **نحوه نگهداری شیر دوشیده شده چگونه است؟** الف: شیر دوشیده در ظرف شیشه ای یا پلاستیک سخت تمیز و درب دار جمع آوری شود ب: در داخل یخچال خانگی ۳ روز، یخچال بیمارستانی ۳ روز، هوای اتاق ۳ ساعت، در فریزر خانگی ۳ ماه
- **عوارض استفاده از پستانک و شیشه شیر چیست؟** عدم گرفتن سینه - مشکلات تکلمی - احتمال ابتلا به بیماری های گوارشی
- **علائم خطر در نوزاد را چیست؟** زردی - شیر نخوردن تا ۳ ساعت - بی حالی - عدم دفع ادرار و مدفوع تا ۲۴ ساعت - کبودی ناخنها و لبها - فرو رفتن قفسه سینه زمان تنفس و حرکت سریع پره های بینی.
- **ویزیت نوزاد چه زمانی است؟** در صورت ترخیص در روز اول یا دوم بعد از تولد حتما بایستی در ۴۸ ساعت بعد از ترخیص انجام شود و سپس تا

- **علائم کفایت شیر مادر چیست ؟** این است که نوزاد آرام می شود و می خوابد . در طول روز ۶ الی ۸ بار پوشک نوزاد تعویض شود و تقریباً هر سه ساعت یکبار ادرار دارد. مدفوع در روزهای ابتدایی سبز و لزج می باشد که مکنونیوم نام دارد و طبیعی است.

#### • **واکسیناسیون نوزاد به چه شکل است؟**

- توجه داشته باشید که واکسیناسیون نوزاد شامل هپاتیت B و ب ت ژ می باشد که به نوزاد تزریق می شوند و قطره فلج اطفال واکسنی است که در زمان ترخیص به نوزاد خورانده می شود پس توجه داشته باشید که تا زمانی که قطره فلج اطفال به نوزاد داده نشده به هیچ عنوان از بیمارستان خارج نشوید . مادر زمان و مدارک لازم جهت انجام واکسیناسیون را بداند. قبل از ترخیص کلیه واکسنهای ثبت شده در کارت تولد تزریق شده و تاریخ داشته باشد و زمان واکسیناسیون در ۲ ماهگی را بداند.

#### • **مادر دمای نگهداری از نوزاد خود را می داند؟**

- الف : دما بین ۲۲-۲۴ درجه ب : منزل زیاد گرم نباشد ج: لباس زیاد پوشانده نشود

#### • **آیا مادر تاریخ انجام غربالگری پاشنه پا و شنوایی**

- **سنجی را می داند؟** ( ۳ تا ۵ روزگی بعد از تولد غربالگری خون پاشنه پا ، تا یک ماهگی شنوایی سنجی )

در زمان شیردهی نباید صدای ملج ملوج به گوش برسد چرا که در این صورت یعنی سینه به درستی توسط نوزاد گرفته نشده است . چهار انگشت زیر پستان و چسبیده به بدن، انگشت شست بالای پستان قرار گیرد.

#### • **زمان شیر دهی چقدر است؟**

مدت زمان شیردهی ۱۵ الی ۲۰ دقیقه می باشد . در روزهای ابتدایی در زمان شیردهی سینه ها عوض شوند تا با مکیدن نوزاد در هر دو سینه جریان شیر برقرار شود ولی پس از اینکه سینه ها پر شیر شدند می بایست یک سینه کامل تخلیه شود . در صورت تمایل نوزاد به شیر خوردن ، از سینه دیگر نیز تغذیه شود چرا که شیری که ابتدا از سینه خارج می شود آبکی می باشد و باعث رفع تشنگی نوزاد می شود و شیری که در انتها از سینه خارج می شود چرب می باشد و باعث سیری نوزاد می شود .

#### • **باد معده نوزاد را چگونه بگیریم؟**

بعد از هر بار شیردهی باید به مدت ۱۵ دقیقه نوزاد را روی شانه بگذارید و به آرامی پشت نوزاد را به صورت ۸ ماساژ بدهید و از ضربه زدن پرهیزید . این کار به هضم غذای نوزاد کمک می کند.

- **نوزاد خود را کی تغذیه کنم؟** شیردهی بر حسب نیاز و تقاضای نوزاد انجام می شود یعنی ساعت مشخصی ندارد و هر زمان نوزاد تقاضای شیر داشت شیردهی باید بلافاصله انجام شود .

- **علائم و نشانه های گرسنگی چیست ؟** جست و جو با دهان به دنبال سینه - ملج ملوج کردن - توجه داشته باشیم که گریه کردن نوزاد آخرین مرحله اعلام گرسنگی می باشد که نباید نوزاد به آن مرحله برسد .

#### • **نوزاد را در حین شیر خوردن چگونه نگه دارم؟** رایج

ترین مدل شیردهی در نوزادان رسیده مدل آغوشی می باشد. در این روش سر نوزاد در تالی آرنج مادر و باسن در کف دست و شکم نوزاد چرخیده به سمت شکم مادر باشد و نوک بینی نوزاد در مقابل نوک سینه مادر باشد و با باز شدن دهان نوزاد هاله قهوه ای پستان در دهان نوزاد قرار گیرد. توصیه می شود پمفلت روش های شیردهی را مطالعه فرمائید.

#### • **طریقه صحیح شیردهی از سینه چگونه است؟**

در زمان شیردهی اگر فقط نوک سینه در داخل دهان باشد فقط نوک سینه توسط نوزاد مکیده می شود که هم شیر کمتری نصیب نوزاد می شود و هم نوک سینه زخم می شود. پس باید بخش بیشتری از هاله سینه نیز در دهان نوزاد باشد تا شیردهی بهتری انجام شود.