



نوزاد نارس

مادر محترم با آرزوی سلامتی برای شما و فرزندتان، مطالب فوق به منظور آشنایی با بیماری آپنه نوزاد و مراقبت های لازم تهیه شده است.

مراقبت از نوزاد نارس در بخش مراقبت ویژه

- ❖ بسیاری از نوزادان نارس، نمی توانند گرما را در بدن خود نگه دارند به همین دلیل در بخش مراقبت های ویژه در داخل اتاقک پلاستیکی قرار می گیرند و گرما برایشان فراهم می شود و یا توسط نور لامپ گرم کننده ای که به سمت تخت نوزاد می تابد، گرمای بدنشان تامین می شود.
- ❖ نوزادان نارس معمولاً می توانند هم از شیر مادر و هم از شیر خشک تغذیه کنند، شیر مادر به دلیل پروتئین های ویژه ای که دارد این امکان را به نوزاد می دهد تا از این عفونت ها محفوظ بماند و سریع تر رشد کند.
- ❖ در اکثر نوزادان نارس به دلیل مشکلات تنفسی و بلع، لوله ای در داخل بینی و یا داخل معده قرار می گیرد تا شیر بتواند به راحتی به معده این نوزادان وارد شود.
- ❖ اکثر نوزادان پس از تولد، به زردی مبتلا می شوند. در صورتی که زردی درمان نشود می تواند به مغز نوزاد آسیب برساند .
- ❖ به دلیل زایمان زودرس، ریه ها و دستگاه تنفسی نوزاد فرصت رشد کافی پیدا نکرده اند. این نوزادان در بخش مراقبت های ویژه از نظر تنفس هم مورد بررسی و درمان قرار می گیرند.
- ❖ بسیاری از نوزادان نارس با کم خونی و کاهش فشار خون روبرو هستند که در بخش ویژه تزریق خون و مایعات انجام می شود.

مراقبت از نوزاد نارس توسط مادر

- ❖ در ابتدا شروع تغذیه با شیر مادر، شیر در حجم های کم و اغلب با لوله معده داده می شود از آنجا که شیر مادر برای نوزاد نارس ارجح است، لذا بایستی شیر خود را دوشیده و شیر با ظروف تمیز دردار و با قرار دادن یخ یا کیسه یخ در اطراف ظرف شیر به بیمارستان حمل شود. نام نوزاد و تاریخ تهیه شیر با برچسب روی ظرف شیر درج شود. شیر مازاد بر نیاز، بایستی در فریزر نگهداری شود.
- ❖ وقتی حجم شیر افزایش یافت، بنا به دستور پزشک، مکیدن با سینه مادر تمرین می شود. در این هنگام سینه خود را در دهان نوزاد بگذارید، تا شیرخوار تدریجاً مکیدن را یاد بگیرد، طوریکه تغذیه با لوله معده به تدریج قطع و کل حجم شیر با سینه مادر یا شیشه داده شود.
- ❖ هنگام خروج از بیمارستان قطره خوراکی فلج اطفال به شیر خوار داده می شود.
- ❖ طی مدتی که نوزاد شما در بخش مراقبت های ویژه بستری می باشد، تماس و ارتباط عاطفی خود را با او قطع نکنید. شما باید دائماً با نوزاد خود ارتباط داشته باشید زیرا نوزاد در تمام طول بارداری با شما بوده و با شما آشناست.
- ❖ سعی کنید در زمانی که پرستاران به نوزادتان شیر می دهند او را تماشا کنید، زیرا این کار به تولید بیشتر شیر در شما کمک می کند تا بعداً بتوانید به روند شیردهی ادامه دهید.
- ❖ یک شیوه از مراقبت های ویژه نوزادان نارس مراقبت به شیوه کانگروبی است. حفظ دمای بدن نوزاد در این شیوه بخوبی انجام می گیرد و وقتی نوزاد را به صورت عمودی در آغوش مادر قرار می دهند، مشکلات تنفسی نوزاد کمتر می شود
- ❖ در مواردی که باید از نوزاد جدا شوید، او را به آغوش فرد دیگری بسپارد تا دمای بدن نوزاد کاهش پیدا نکند.



نوزاد نارس

مراقبت از نوزاد پس از ترخیص

- ❖ این نوزادان در مقایسه با نوزادان رسیده و ترم، تعداد دفعات بیداری بیشتری داشته، لذا در این مورد نگران نباشید.
- ❖ این نوزادان در خطر مرگ ناگهانی بیشتر از سایر نوزادان قرار دارند، بنابراین مراقب باشید که روی شکمش نخوابد.
- ❖ درجه حرارت مناسب اطاق برای نوزاد نارس ۲۶-۲۵ سانتی گراد می باشد 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 هفته های اول بعد از ترخیص، به خصوص در فصول سرد سال توصیه می شود.
- ❖ کنترل درجه حرارت نوزاد بهترین راه پرهیز از مشکلات گرما و سرمای بدن نوزاد می باشد.
- ❖ بدلیل ضعف جسمانی که دارند، نیازمند صبر و حوصله بیشتری برای تغذیه می باشند و لذا ممکن است مجبور شوید حتی ساعت ها برای تغذیه او وقت بگذارید.
- ❖ تداوم تغذیه با شیرمادر یا شیر خشک لازم است
- ❖ 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 سینه تان تحریک به تولید شیر شود.
- ❖ خیس بودن کهنه و وزن گیری روزانه ۲۰ تا ۳۰ گرم یا هفته ای 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 ناری که سابقه دریافت اکسیژن و یا دستگاه کمک تنفس دارند، در معرض خطر بیماری نارسایی شبکیه چشم قرار دارند. که در صورت عدم درمان ممکن است سبب نابینائی شود. لذا این نوزادان باید در ۴ تا ۶ هفتهگی توسط فوق تخصص شبکیه چشم و یا چشم پزشکی که تجربه کافی در این زمینه دارند معاینه شوند. مراجعات بعدی توسط چشم پزشک معین می گردد.
- ❖ نوزادان نارس با سن حاملگی کمتر از ۳۴ هفته و وزن کمتر از ۲۰۰۰ گرم در معرض خونریزی داخل بطن های مغزی هستند، لذا در روز ۴ تا ۷ بعد از تولد در بخش نوزادان سونوگرافی مغز انجام می شود. سونوگرافی دوم در هفته سوم و سونوگرافی سوم در حدود ۳۰ تا ۴۰ روزگی انجام می شود و درمان های لازم توسط پزشک صورت می گیرد.
- ❖ تمامی نوزادان نارس در معرض مشکلات شنوائی هستند و بایستی مورد ارزیابی شنوائی قبل یا بلافاصله بعد از ترخیص و نوعی آزمایش در ۳ ماهگی قرار گیرند.
- ❖ نوزادان نارس معمولاً در ۱ تا ۳ ماهگی دچار کم خونی می شوند به همین دلیل داروهایی که پزشک دستور می دهد را مرتب و سر وقت به نوزاد بدهید و از قطع آن بدون اجازه پزشک خودداری نمایید