

## مراقبت از نوزاد

دوران نوزادی زمان تطابق و تغییر والدین است. والدین نیاز به حمایت و کمک خانواده، دوستان و اجتماع دارند. افزایش آگاهی والدین نقش به سزائی در توانمند سازی ایشان در مراقبت از نوزاد دارد

کوشیده ایم در این مجموعه به سوالات شما والدین گرامی در مورد نوزاد پاسخگو باشیم

### مراقبت پوست :

پوست نوزاد حساس است. استفاده از صابون های غیر معطر و لوسیون های حمام و مواد شوینده ی غیر معطر برای شستشوی لباس ها احتمال راش را کمتر میکند. به علاوه، روغن ها و لوسیون های غلیظ موجب انسداد منافذ پوست و افزایش احتمال راش می شوند. برای نواحی از پوست که خشک هستند مثل چین ها و پا لوسیون های مرطوب کننده توصیه میشوند. به دلیل خطر استنشاق و مشکلات تنفسی پودرها توصیه نشده اند

به علت حساسیت، پوست نباید در تماس مستقیم با نور خورشید باشد. ضد آفتاب ها توصیه نمی شوند. تا حد امکان، شیر خوار باید دور از نور خورشید نگه داشته شود. برای شیرخواران کوچک تر از ۶ ماه، ضد آفتاب برای نواحی محدودی از پوست مثل صورت و پشت دست اگر پوشش مناسب مقدور نیست به کار می رود.

پوست نوزاد نیاز به شستشوی روزانه با آب و صابون ندارد.

شستشوی مکرر و صحیح پوست سر در پیش گیری از شوره ی سر مفید است

### پیشگیری از بیماری:

یکی از مهم ترین اقدامات برای سالم نگه داشتن نوزاد، شستشوی مکرر دست ها با آب و صابون یا محلول ضد عفونی کننده ی بدون آب همیشه پس از تعویض پوشک و قبل از تغذیه ی او است. همچنین، تمام اعضای خانواده و مهمانان باید قبل از در آغوش گرفتن نوزاد دست های خود را بشویند.

شیر خواران، در ماه های اول زندگی مستعد ابتلا به بیماری هستند و باید از هر فرد بیمار یا سرما خورده دور نگه داشته شوند

# مراقبت از نوزاد

## ختنه:

بهترین زمان ختنه در ۱۰ روز اول زندگی و ترجیحا ۴۸ ساعت اول تولد می باشد. در بعضی موارد، ممکن است پزشک انجام ختنه را به تعویق اندازد. زمان مناسب ختنه از حداقل ۶ ساعت پس از تولد، پس از معاینه ی اول نوزاد و پیش از ترخیص از بیمارستان تا پایان دوره ی نوزادی است به شرطی که نوزاد سالم بوده و وزن بیش تر از ۲۵۰۰ گرم داشته باشد و همچنین کنترانیدیکاسیون های ختنه از قبیل ناهنجاری های مجرا مانند هیپوسپادیاس و اپی سپادیاس و دوگانه بودن مجرا و انحراف محور آن و سایر بیماریهای خون ریزی دهنده در خانواده وجود نداشته باشد. روش توصیه شده برای ختنه در دوران نوزادی تا ۶ ماهگی روش حلقه ی پلاستیکی است.

رعایت موارد زیر پس از ختنه ضرورت دارد:

- ۱- پانسمان با گاز وازلینه ارجح است و در صورت امکان بهتر است حدود ۴۸ ساعت حفظ گردد. پس از آن شستشوی کودک بلا مانع است.
- ۲- دور محل ختنه در چند روز اول از مدفوع و آلودگی دور نگه داشته شده و در صورت آلودگی با مدفوع با آب و صابون شسته شود.
- ۳- روزی ۳ بار یا بیش تر از پماد تتراسیکلین یا وازلین طبی بر روی حلقه و آلت زده شود
- ۴- حد اکثر ۷ روز پس از ختنه ویزیت مجدد گردد
- ۵- در صورت بی قراری از استامینوفن استفاده شود
- ۶- پوشک نوزاد تا حد امکان باز بوده و در صورت بستن، سفت نباشد

در موارد زیر مراجعه ی فوری ضرورت دارد:

۱- خون ریزی یا تغییر رنگ و تیره شدن نوک آلت و خون مردگی وسیع آلت و بیضه

۲- تورم شدید آلت و بیضه

۳- ادرار نکردن نوزاد ۶-۱۸ ساعت پس از ختنه

۴- افتادن حلقه زودتر از ۳ روز یا نیفتادن آن بیش تر از ۱۰ روز

## مراقبت از نوزاد

۵- عفونت محل ختنه (قرمزی موضعی و ترشح چرکی)

۶- بدتر شدن قرمزی نوک آلت

۷- تب نوزاد

۸- سایر موارد غیر طبیعی به نظر والدین

معمولا ۷-۱۰ روز پس از ختنه آلت بهبود می یابد و در طی این مدت ممکن است زرد رنگ به نظر برسد که طبیعی است. بنفش بودن سر آلت پس از ختنه، ناشی از تحریک و پرخونی آن است که طبیعی می باشد

## مراقبت از بند ناف

مراقبت از بند ناف شامل خشک شدن در معرض هوا و نگه داشتن پوشک زیر بند ناف تا زمان افتادن آن (حدود ۱۴-۱۰ روزگی) است. ممکن است خون ریزی مختصری برای ۱ یا ۲ روز پس از افتادن بند ناف دیده شود. بستن بند ناف و استفاده از الکل توصیه نمی شود. استئمامبوی بد و مشاهده ی قرمزی یا وجود مایع در ناحیه ی بند ناف غیر طبیعی است و نیاز به مراجعه دارد

## پیشگیری از راش پوشک

برای پیشگیری از راش پوشک، کودک را پس از دفع یا خیس شدن پوشک با آب ساده شسته و پوشک را مکرر عوض کنید. برای بعضی از شیر خواران، می توان از کرم یا پماد تعویض پوشک استفاده کرد اما خوب پاک کردن و خشک کردن قبل از تعویض مناسب تر است.