

① 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 ۱۲ 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 ندریج 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 نگه 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 پانزدهم می افتد. بعد از افتادن بند ناف، خروج یک یا دو قطره خون و یا ترشح غیر 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 ۲۵ تا ۲۸ درجه سانتی گراد به دور از کوران هوا انجام شود. قبل از شروع، حرارت آب مورد استفاده را با آرنج خود آزمایش نمایید. ابتدا سرو 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 ۲۳ تا ۲۴ 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، بی قراری، شیرنخوردن و یا کاهش توان مکیدن و کاهش وزن او می شود.

② 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) شسته و کاملاً خشک نمایید. بهتر است این نواحی گاهی در معرض هوا قرار گیرد. کنید.

در صورت ایجاد سوختگی می توانید 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.

③ اغلب نوزادان از روز ۲ الی ۳ بعد از تولد زرد می شوند، لطفاً در صورت شک به زردی به بخش نوزادان یا متخصص نوزادان مراجعه نمایید.

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

نوع واکسن	سن
ب ث ژ - فلج اطفال - هیپاتیت ب	<b>بدو تولد</b>
پنتاوالان - هیپاتیت ب	<b>۲ ماهگی</b>
پنتاوالان	<b>۴ ماهگی</b>



سلامتی روز افزون شما آرزوی ماست

## راهنمای

### مراقبت از نوزاد

۲۰

واحد آموزش سلامت

### در صورت مشاهده ی هر یک از علائم زیر در نوزاد، سریعاً به پزشک یا مراکز بهداشتی درمانی

#### مراجعه کنید:

- ④ زردی
  - ④ گرم یا سرد شدن اندامها و بدن نوزاد
  - ④ تشنج
  - ④ رنگ پریدگی شدید یا کبودی
  - ④ تحرک کمتر از معمول و بی حالی
  - ④ شیر نخوردن یا استفراغ مکرر
  - ④ عدم دفع مدفوع و ادرار در روزهای اول
  - ④ بی قراری و تحرک پذیری
  - ④ وجود جوشهای چرکی در پوست
  - ④ تورم و قرمزی پوست اطراف ناف
- در صورت بروز هر گونه مشکل یا داشتن سوال در تمام ساعات شبانه روز با بخش نوزادان بیمارستان تماس بگیرید.

داخلی بخش نوزادان : داخلی ۲۲۷-۲۲۶

شماره تماس جهت راهنمایی مادران :

۰۹۳۰۲۹۸۲۲۷۰

#### بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی مدائن

تهران، خیابان انقلاب، نرسیده به چهارراه ولی عصر، خیابان صبا جنوبی

تلفن : ۶۶۴۶۵۳۵۵ و ۸-۰۷۵۰۴۶۶

فکس : ۱۳۱۵۸۵۳۶۳۵ - کد پستی: ۶۶۴۱۰۱۲۱

وب سایت: WWW.Madaen hospital .COM

**غربالگری سه بیماری مهم** فیل 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.

**شنوایی سنجی** معمولاً در ۲۴ ساعت اول جهت نوزاد انجام می شود و نتیجه به شما اعلام می شود. در غیر این صورت از بخش نوزادان پی گیری نمایید.

**ویزیت مجدد** نوزاد در روز ۴ تا ۶ پس از تولد توسط متخصص نوزادان ضروری است. لطفاً به تاریخ مراجعه که در کارت نوزادان قید شده 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