بسم الله الرحمن الرحیم

آموزش مراقبت از نوزادان ترخیص شده از بخشNICU

تهیه شده در بخش NICU بیمارستان مهر

با نظارت:

تیم پزشکی بخشNICU

خانم عمیق سوپروایزر آموزش بیمارستان مهر

خانم سیدی سرپرستار بخشNICU



والدین گرامی ضمن تبریک تولد فرزند دلبندتان، نکات ذیل را پیرامون اقدامات حین ترخیص و پس از ترخیص نوزاد در نظر داشته باشید:

نشانه های سلامتی و بهبودی نوزاد:

- نوزاد شما بعد از ویزیت پزشک متخصص نوزادان و تائید سلامت از این مرکز مرخص می شود .

نشانه های سلامتی نوزاد شامل موارد زیر می باشد.

- ✓ بیماری جدی نوزاد برطرف شده و نوزاد بهبودی کامل پیدا کرده است.
- ✓ دمای بدن نوزاد در محدوده ی بین ۳۶,۵ تا ۳۷,۴ باشد.
- ✓ به راحتی و بدون مشکل نفس بکشد.
- ✓ کاهش وزن نوزاد در محدوده ی نرمال یعنی کمتر از ۱۰٪ وزن هنگام تولد باشد.
- ✓ نیاز به اکسیژن اضافی نداشته باشد و با اکسیژن محیطی افت سطح اکسیژن خون نداشته باشد.
- ✓ تغذیه از سینه ی مادر به راحتی برای نوزاد امکان پذیر باشد و مادر کاملا مهارت لازم را پیدا کرده باشد.
- ✓ وزن نوزاد در صورت نارس بودن, به gr ۱۵۰۰ رسیده باشد.

راهنمای پیگیری های پس از ترخیص:

- در هنگام ترخیص قبل از خروج از بیمارستان از دریافت واکسن پولیو اطمینان حاصل فرمائید و در حفظ و نگهداری کارت واکسن کوشا باشید.
- ۲۴-۴۸ ساعت بعد از ترخیص به مطب پزشک متخصص نوزادتان یا کلینیک بیمارستان مراجعه فرمایید.
- ۳ تا ۵ روزگی نوزادتان برای انجام آزمایشات غربالگری به مرکز بهداشت نزدیک محل سکونت خود مراجعه فرمائید.
- جهت انجام شنوایی سنجی نوزاد پس از ترخیص میتوانید در روز های شنبه تا چهارشنبه از ساعت ۱۰ لغایت ۱۵ به واحد شنوایی سنجی (دکتر جنابی) واقع در طبقه همکف سالن شماره ۲ کلینیک مراجعه نمایید.
- انجام آزمایش بیلی روبین در صورت زرد بودن نوزاد طبق نظر پزشک معالج نوزادتان انجام می‌شود.
- نوبت بعدی واکسیناسیون روتین پس از واکسیناسیون بدو تولد (هپاتیت ب و فلج اطفال و ب ث ژ) پایان دو ماهگی می‌باشد.
- جهت گرفتن گواهی ولادت نوزاد، پدر نوزاد می بایست با در دست داشتن کارت ملی و شناسنامه خود و همسرش (مادر نوزاد) به بلوک زایمان مراجعه نماید.
- شروع قطره ویتامین A+D، بیست و پنج قطره روزانه از ۵روزگی (طبق دستور پزشک)
- در صورت کم کاری تیروئید مادر، نوزاد ۸-۱۴ روزگی مجددا جهت غربالگری مراجعه نماید.
- روزهای یکشنبه هر هفته ساعت ۷ صبح واکسن بدو تولد (ب ث ژ) در بخش نوزادان تزریق می‌شود. در صورت تغییر زمان واکسیناسیون اطلاع رسانی می شود .
- بندناف نوزاد در روزهای بین ۵-۱۰ می افتد در صورت تاخیر بیش از دو هفته به مطب پزشک مراجعه کنید .از مالیدن هر نوع پماد ، الکل یا بتادین خودداری کنید.
- دمای مناسب برای اتاق نوزاد ۲۴-۲۸ درجه سانتیگراد می‌باشد.
- در این مرکز روزهای یکشنبه از ساعت ۸ تا ۱۳ مشاوره شیردهی به طور رایگان انجام می‌شود. و در صورت نیاز در سایر اوقات همکاران بخش زنان و نوزادان آماده پاسخ گویی و آموزش شیردهی به مادر می باشند . (طبقه چهارم روبه روی بخش نوزادان, اتاق مشاوره شیردهی)
- در صورت بروز هرگونه مشکل در رابطه با شیردهی و نوزاد با بیمارستان مهر، اتاق مشاور شیردهی (۹-۸۲۴۵۲۴۱۸) تماس بگیرید.
- جهت لزوم و انجام پیگیری هایی در زمینه ی سونوگرافی و بررسی چشم نوزاد(ROP) و مشاوره ی قلب و اکوکاردیوگرافی با پرستار ترخیص مشورت نموده و سوال کنید.
- در صورت بروز علائم زیر سریعاً به پزشک مراجعه نمائید:
  - ✓ زردی پوست و چشم ها
  - ✓ افزایش تعداد تنفس
  - ✓ حرکات سریع قفسه سینه

- ✓ بیحالی
- ✓ شیر نخوردن نوزاد به مدت ۴ تا ۵ ساعت
- ✓ استفراغ جهنده با هر رنگی به جز شیری
- ✓ کبودی لب ها و ناخن ها
- ✓ عدم دفع ادرار و مدفوع
- ✓ تورم شکم
- ✓ مشاهده هر نوع علائم هشدار دهنده دیگر

- لیست مراکز مشاوره شیردهی و مراکز غربالگری تیروییدی در استان تهران در ورودی واحد نوزادان الصاق گردیده است. لطفا باتوجه به آدرس محل سکونت خود نزدیکترین مرکز را انتخاب نموده و جهت تشکیل پرونده به آن مرکز مراجعه نمایید.

راهنمای مراقبت از نوزاد در منزل:

- **تغذیه ی نوزاد:**

- ✓ شیرمادر غذای کامل و بدون جایگزین برای شیرخوار است و حاوی مواد غذایی برتر می باشد که سبب تقویت سیستم دفاعی و محافظت در مقابل بیماری ها می شود.
- ✓ به مادران اکیدا توصیه می شود تا پایان ۶ ماهگی تغذیه انحصاری با شیر مادر انجام شود.

جهت دریافت فایل کتابچه جامع آموزش شیردهی به سایت بیمارستان مراجعه نموده و یا حین ترخیص کتابچه را از پرستار دریافت نمائید.

- **استحمام نوزاد:**

- ✓ استحمام نوزاد یک روز در میان یا هفته ای دوبار بر حسب نیاز می باشد.
- ✓ زمان حمام کردن باید کوتاه باشد.
- ✓ درجه حرارت اتاق ۲۵-۲۷ درجه باشد.
- ✓ از کلاه و جوراب پس از استحمام استفاده کنید.
- ✓ پس از حمام، بدن شیرخوار با لوسیون و روغن های مخصوص بدن نوزاد چرب کنید.

- **مراقبت آغوشیKMC :**

- ✓ یک روش مراقبتی و درمانی طبیعی, آسان و عاطفی می باشد که در طی آن نوزاد, در تماس پوست با پوست والدین, روی پوست آنها قرار می گیرد.
- ✓ در ابتدا حدود یک ساعت و در صورت نیاز, مدت زمان طولانی تری ممکن است انجام گیرد.
- ✓ مراقبت آغوشی, پنج حس اصلی را در نوزاد تقویت می نماید به طوری که نوزاد از طریق پوست, گرمای بدن والدین را حس می کند(لامسه)، او به صدای مادر و تپش قلب او گوش می دهد(شنوایی)، با والدین تماس چشمی برقرار می کند (بینایی)، بوی بدن والدین را حس می کند(بویایی)، پستان مادر را می ممکد (چشایی).
- ✓ مراقبت آغوشی, تاثیر بسزایی در رشد و تکامل مغزی نوزاد و وزن گیری وی دارد.

- **تجویز داروهای خوراکی:**
  تمام داروهای خوراکی, با تجویز پزشک و طبق دستور ایشان مصرف شود.

با آرزوی داشتن فرزندی سالم و شاد برای شما عزیزان

