

## مددجوی عزیز:

باسلام و آرزوی سلامتی برای شما، امیدواریم از قدماتی که به شما ارائه نموده ایم رضایت کافی داشته باشید و هر چه سریعتر به آغوش خانواده و جامعه بازگردید. این مطلب آموزشی جهت افزایش اطلاعات شما در رابطه با مراقبت های پس از تولد نوزاد و مادر تهیه شده است.

### مراقبت های معمول بعد از تولد:

**مراقبت از بندناف:** شایعترین دوره خطر انتقال عفونت به ناف نوزاد 2 تا 3 روز اول عمر می باشد. پس از افتادن بندناف تا زمان بسته شدن محل جراحی و بهبود کامل ممکن است ترشحات موضعی بدون بو مشاهده شود این ترشحات عفونی نیست ولی در این زمان ناف نوزاد مستعد عفونت است. زمان طبیعی افتادن بندناف بین 5 تا 15 روز است اگر بندناف تا 4 هفته پس از تولد نیفتاد باید شیرخوار از نظر وجود اختلالات سیستم ایمنی بررسی گردد. در صورت آغشته شدن محل به مواد آلوده باید ناف را با آب ولرم و صابون ملایم شست.

از مالیدن روغن یا چربی های مختلف روی ناف خودداری کنید، زیرا افتادن بندناف را به تاخیر می اندازد. بتادین بر روی پوست نوزاد، به دلیل توانایی بالای جذب پوست نوزاد و وجود ید در بتادین خطر ابتلا به کم کاری گذرای تیروئید را ایجاد میکند.

### بهترین روش پیشگیری از عفونت ناف به شرح زیر می باشد:

- 1- به هیچ عنوان جهت جداکردن بندناف اقدامی نکنید تا خود به خود بیفتد.
- 2- دست ها پیش از مراقبت شسته شوند.
- 3- از تماس مواد آلوده (ادرار و مدفوع) با ناف پیشگیری شود.
- 4- از ناف بند و پانسمان استفاده نشود.
- 5- پوشک و کهنه نوزاد باید زیر ناف بسته شود.
- 6- بندناف باید تمیز و خشک نگهداری شود.
- 7- از هیچ گونه مواد گیاهی یا خانگی برای ناف نوزاد استفاده نشود.

### مراقبت از پوست نوزاد

برای پیشگیری از انتقال عفونت پس از تولد با استفاده از پنبه مرطوب به آب ولرم از بدن نوزاد ترشحات آلوده زدوده می شوند و سپس نوزاد خشک شود. حمام نوزاد پس از تثبیت علائم حیاتی وی با صابون ملایم و آب گرم امکان پذیر است. برای پوست های خشک می توان با روغن زیتون یا لوسیون های مخصوص نوزاد، پوست را

## پوشش نوزاد

پس از تثبیت دمای بدن فقط یک پوشش ساده نخی به رنگ روشن، یک پوشک (یا کهنه نرم نخی) ملحفه و یک پتوی کوچک و سبک قابل شستشو بدون پرز و یک کلاه نخی ساده کمک می کند تا از شدت دفع حرارت بدن نوزاد کاسته شود. و مادر باید از قنداق کردن نوزاد اجتناب ورزد.

### در صورت بروز این علائم به پزشک مراجعه نمایید:

نوزاد کمتر از 8 بار در 24 ساعت شیر می خورد و بی حال یا خواب آلود است.  
نوزاد پس از روز چهارم کمتر از 6 کهنه خیس در روز دارد.  
نوزاد پس از روز چهارم کمتر از 4 دفع مدفوع دارد.  
نوزاد زردی دارد.  
نوزاد کبود می شود یا اختلال هوشیاری دارد.  
اگر در هفته های بعدی وزن گیری ناکافی (کمتر از 200 گرم در هفته) دارد.

اسهال

تشنج

سردی بدن و یا دست ها و پاهای نوزاد یا تب  
تنفس خیلی سریع یا خیلی آهسته یا قطع تنفس به مدت طولانی  
تنفس مشکل، فرورفتگی قفسه سینه و ناله کردن  
استفراغ مکرر و مداوم (یعنی با هر بار تغذیه استفراغ)  
مشکلات بندناف مانند ترشحات چرکی بندناف یا قرمزی اطراف بندناف

وجود خون در ادرار یا مدفوع نوزاد

|   |                                    |   |
|---|------------------------------------|---|
|      | <b>عنوان سند: مراقبت های معمول</b> |  |
|   | <b>بعد از تولد</b>                 |   |
| شماره سند: BH- P- T-43 شماره ویرایش 03 شماره بازنگری: 03<br>تاریخ ویرایش: اردیبهشت 98 |                                    |   |

## مراقبت های معمول

### بعد از تولد

## ( آموزش به مددجو )

کمیته آموزش به بیمار

بیمارستان و زایشگاه بنت الهدی

منبع: نوزادان نلسون

آدرس: مشهد - خیابان بهار

تلفن تماس: 5 - 05138590051

05138033231

اینستاگرام: Zayeshgah.bentolhoda

Bentolhoda-hospital-maternity

و پستان مبتلا قرمز، متورم، حساس و دردناک و ملتهب می باشد.

عامل میکروبی از طریق بینی و حلق نوزاد یا از طریق خراش روی پستان منتقل می شود .

**درمان ماستیت:** کشت ترشحات انجام می شود و درمان بر اساس نوع میکروب یا آنتی بیوتیک انجام می شود . در موارد ماستیت به مادر توصیه می شود که پستان ها را به طور کامل تخلیه کند ضمناً ماستیت مانعی جهت شیردهی نمی باشد.

**آبسه:** در صورتیکه بعد از بروز ماستیت تب به مدت 48 تا 72 ساعت از شروع درمان آنتی بیوتیک فروکش نکرد و یا در پستان یک توده موج دار احساس شد ماستیت تبدیل به آبسه شده است در این موارد می بایست شیردهی را قطع کرد و جهت درمان آبسه می بایست به پزشک مراجعه کند.

## بیماری های پستان در دوران شیردهی

احتقان: در روز 2 یا 3 بعد از زایمان ممکنه پستان ها دچار احتقان بشوند این احتقان ناشی از تجمع شیر نیست بلکه به دلیل افزایش جریان خون وریدی و لنفاوی جهت تولید شیر ایجاد می شود.

علائم: هر دو سینه شفاف، کشیده و سنگین است.

حساس و دردناک

تب تا 39 درجه به مدت 4 تا 16 ساعت که این تب را، تب شیر می گویند.

درمان: از سینه بند مناسب استفاده کنند.

تخلیه مداوم شیر ، به وسیله نوزاد و یا به وسیله دست یا شیر دوش

مصرف استامینوفن

استفاده از کمپرس سرد بعد از شیردهی و کمپرس گرم قبل از شیردهی

**مهاری شیردهی:** در مواقعی که مادر به کودک خود شیر نمی دهد جهت مهار شیردهی می توان اقدامات زیر را انجام داد:

استفاده از سینه بند مناسب

تخلیه پستان انجام نشود.

برای تسکین درد از مسکن استفاده کنیم

کمپرس سرد.

**ماستیت (التهاب پستان):**

این عارضه معمولاً 3 تا 4 هفته بعد از زایمان ایجاد می شود.

اولین نشانه آن احساس سرما و لرز است و بعد ایجاد تب 39 درجه می کند