

علائم کافی بودن شیرمادر چیست؟

به توصیه های زیر جهت مراقبت بهتر از نوزاد توجه کنید:

3 تا 5 روز پس از ترخیص جهت انجام ویزیت نوزاد، مشاور شیردهی تست شنوایی، سنجی و بررسی زردی نوزاد به بیمارستان مراجعه نمایید.

برای نوزاد واکسن فلج اطفال، سل، هپاتیت قبل از ترخیص از بیمارستان تلقیح میگردد. واکسن بعدی نوزاد دوماهگی می باشد.

برای مراقبت از بند ناف بهتر است روی آن باز باشد و از هیچ ماده ضد عفونی کننده ای استفاده نگردد. توجه شود زمان پوشک کردن نوزاد، بند ناف بیرون از پوشک قرار گیرد.



نوزاد به شکم خوابانده نشود. خواباندن به پشت بهترین وضعیت خواب است. همچنین می توانید نوزاد را به پهلو ترجیحاً به پهلو راست بخوابانید.

دمای حرارت اتاق حدود 24 درجه سانتی گراد باشد.

بهدار است دمای هوای بطوریکه نواخت نگهداشنه شود.

در مورد لباس نوزاد، بهداشت نوزاد یک لایه بیشتر از والدین پوش داشته باشد. برای بررسی گرم یاسرد بودن نوزاد، دست را روی شکم نوزاد قرار دهید.

در صورت سرد بودن به پوشش نوزاد یک لایه اضافه کنید.

بدن نوزاد شل و هر دو دست آویزان می شود.

پستان رارها می کند و یا اینکه به مکیدن ادامه می دهند تا خوابشان ببرد.

دفع حداقل یکبار مدفوع و 2 تا 1 بار ادرار در 24 ساعت در دوروز اول تولد.

6-8 کهنه مرطوب و 5 یا 6 پوشک یکبار مصرف.

وزن گرفتن نوزاد به صورت روزانه بعد از 15 روز اول تولد طبق منحنی رشد مهمترین راه میزان کافی بودن شیرمی باشد.

پستان نگرفتن نوزاد.

زخم نوک پستان.

بروز احتقان در پستان (سفت و سنگین شدن پستان)

مسدود شدن یک یا چند مجرای شیری و احساس برجستگی کوچک در پستان.

التهاب در پستان ایجتد قرمزی و درد پستان.

زردی نوزاد.

برفک نوک پستان (بثورات یادانه های سفید رنگ نوک پستان)

بی قراری و گریه نوزاد.

والدین گرامی:

پیامبر اکرم (ص) فرموده اند:

هیچ شیری بهتر از شیرمادر برای فرزندش نیست.

پس شما فرزندان را از این هدیه الهی محروم نکنید.

لطفاً به نکات زیر توجه نمایید:

علائم گرسنگی نوزاد چیست؟

لباس هایا ملحفه رامزه مزه میکند یا زبانش را تکان می دهد.

دسنها رابه صورت نامنظم تکان می دهد.

میچ دسنهایش رابه طرف دهانش می برد.

نق می زند.

پاهارابه صورت دوچرخه حرکت می دهد و ابروهارادر هم میکشد.

در صورت عدم پاسخ به این نشانهها گریه راسرمی دهد.



و در صورت گرم بودن از پوشش نوزاد بکاهید.

در هنگام استحمام نوزاد تا زمانی که بند ناف نیفتاده است نوزاد را در آب غوطه ندهید حتی می توانید از پارچه ای نرم و نم دار جهت پاک کردن بدن نوزاد استفاده کنید.



حداقل یکبار در روز بصورت نوازش ، تمام بدن نوزاد را ماساژ دهید.



از روز پانزدهم بعد از تولد نوزاد نیاز به دریافت ویتامین بصورت قطره A و D روزانه یکبار 1 میلی لیتر (سی سی) دارد.

پستان متورم نوزاد را به هیچ عنوان فشار ندهید و

به هیچ وجه به چشم نوزاد دست نزنید.

برای رفع گرفتگی بینی نوزاد ابتدا قطره بینی کلورسدیم استفاده شود.

قبل از شیر دادن دستهایتان را با آب و صابون بشوئید.

در هر بار شیر دادن نیاز به شستشوی پستان نیست ، شستن یکبار در روز با آب تمیز و ولرم کافی است .

نوزادی که با شیر مادر خوب تغذیه می گردد ممکن است به تعداد دفعات شیر خوردن دفع مدفوع داشته باشد، این روند طبیعی است.



توصیه هایی برای شیردهی و مراقبت بهتر از نوزاد پس از ترخیص

کد: N/04



سایت آموزش به بیمار بیمارستان ولیعصر (عج)

<http://www.bums.ac.ir/valiasr/fa/education>

حداقل هفته ای دو بار استحمام توصیه می گردد . در هر بار تعویض پوشک ، ناحیه تناسلی و مقعد نوزاد را با آب شستشو دهید . ابتدا ناحیه تناسلی و سپس مقعد شستشو شود . از دستمال مرطوب در مواقعی که آب در دسترس نمی باشد استفاده نمایید .

به گربه نوزاد توجه کنید و نوزاد را در آغوش گرفته و نوازش

دهید.