

برای اینکه نوزاد بتواند حرارت تولید کند و حرارت خود را ثابت نگه دارد نیازمند تغذیه زود هنگام و ذخیره مناسب است که این امر از طریق تغذیه با شیر مادر در همان دقایق اول تولد تأمین می شود.

نوزادانی که از طریق تماس با پوست مادرشان گرم نگه داشته می شوند درجه حرارت بالاتر و خنک شدن مناسب تر از نوزادانی که در تخت نگه داری می شوند، دارند هم چنین در این دسته از نوزادان تغذیه با شیر مادر تسهیل شده و احتمال عفونت نوزاد کمتر می شود.



نوزادان نیازمند یک یا دو لایه بیشتر لباس در بستر می باشند. لباس نباید خیلی تنگ باشد. بلکه فضاهایی پر از هوا در بین لایه های لباس باقی بماند چون لایه های هوای محبوس شده عایق کارآمدی به حساب می آید.

### پیشگیری از هایپوترمی در نوزادان کم وزن:

پوست نوزادان کم وزن نازک تر و چربی زیر پوست آنان کمتر است و قادر به لرز نیستند. سطح بدن آنان نسبت به وزنشان بیشتر بوده و سرشان نسبت به تنه بزرگ است. با توجه به این مسائل احتمال بروز هایپوناترمی در آنان بیشتر است. نوزادان با وزن تولد یک کیلوگرم نیاز به درجه حرارت 30-33 و نوزادان با وزن دو کیلوگرم 26-30 نیاز دارند. استفاده از انکوباتور و وارمر در بیمارستان ضروری است.



### گریه ضعیف

رنگ پریدگی، سیانوز و یا قرمزی دست و پا همراه با تورم

متوقف شدن مکیدن نوزاد

تنفس کند، سطحی نامنظم

برادیکاردی

کاهش قند خون و اسیدوز متابولیک

### پیشگیری

به محض تولد نوزاد او را خشک کرده و در تماس مستقیم با پوست بدن مادر قرار دهند. اتاق زایمان گرم، خشک کردن سریع نوزاد، برقراری تماس پوست مادر با پوست نوزاد و تغذیه با شیر مادر ظرف ساعات اولیه مهم است.

اتاق زایمان باید گرم بوده و درجه حرارت آن بین 25-28 مناسب است.

بهتر است حوله را قبل از مصرف گرم نموده و حوله خیس را از نوزاد جدا نموده و در حوله خشک دیگری می پوشانیم. باید حمام کردن نوزاد را چند ساعت به تأخیر انداخت.

درجه حرارت طبیعی بدن نوزاد بین 36/4-37/2 درجه سانتیگراد از طریق زیر بغل است. به هر دمایی که پایین تر از این باشد هایپوترمی اطلاق می شود. بیشترین حساسیت نوزاد به سرما ظرف ساعات اولیه پس از تولد است. هایپوترمی به هر میزان و درجه ای که باشد شانس مرگ و میر را افزایش می دهد.



### انواع هایپوترمی

هایپوترمی خفیف: درجه حرارت بین 36-36/4 باشد

هایپوترمی متوسط: درجه حرارت بین 32-35/9 باشد

هایپوترمی شدید: درجه حرارت کمتر از 32 است.

### علامت

هایپوترمی طولانی منجر به اختلال در رشد و افزایش احتمال عفونت گردد وضعیت همچنان ادامه یابد:

سر در شدید

بی حالی و بی تفاوتی خواب آلودگی



## هایپوترمی نوزاد (کاهش دمای بدن)

کد: N/03



سایت آموزش به بیمار بیمارستان ولیعصر (عج)

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



### درمان

اگر هایپوناترمی خفیفی و متوسط باشد موثرترین راه گرم کردن نوزاد از طریق تماس پوستی وی با بدن فرد بزرگسالی است که تا طبیعی شدن درجه حرارت نوزاد باید این تماس ادامه پیدا کند.

بدن نوزاد به استثنای قسمتی که با پوست بدن مادر در تماس است باید پوشانده شود. تغذیه نوزاد باید ادامه یابد تا انرژی لازم را به دست آورد.

در صورتی که هایپوترمی متوسط باشد تماس پوستی با مادر موثر است و درجه حرارت اتاق بین 32-36 بوده و لباس به تن داشته باشد. در صورتی که هایپوناترمی شدید باشد بهتر است از یک تشک گرم الکتریکی با درجه حرارت 37-39 یا انکوباتور با حرارت 35-36 استفاده گردد.

زمانی که نوزاد به سرعت گرم شود مصرف اکسیژن و بیبیشتر می شود لذا می توان به او اکسیژن داد تا دچار هایپوکسی (کمبود اکسیژن) و آپنه (قطع تنفس) ناشی از آن نشود. وقتی درجه حرارت نوزاد به 34 رسید باید از سرعت گرم کردن کاست در غیر این صورت ممکن است دچار هایپوترمی (افزایش درجه حرارت) شود.