

## مراجعه مجدد:

طبق توصیه پرستار و پزشک موقع ترخیص، جهت چک مجدد نوزاد به درمانگاه مربوطه مراجعه نمایید.

## پیگیری‌ها

جهت پیگیری انجام واکسیناسیون به نزدیکترین مرکز بهداشتی محل زندگی مراجعه نمایید.

جهت انجام تست غربالگری بعد از ترخیص با در دست داشتن خلاصه پرونده ترخیص به نزدیکترین مرکز بهداشتی محل زندگی مراجعه نمایید.

پیگیری‌های درمانی (مشاوره‌ها و آزمایشات تیروئید، ROP ، اکو، سونوگرافی و شنوایی سنجی (ABR) طبق نظر پزشک انجام شود و سپس جهت مراجعه با در دست داشتن جواب تست مورد نظر طبق جدول زیر به پزشک مربوطه مراجعه نمایید:

VCUG	متخصص کلیه و مجاری ادرار
اکو	متخصص قلب
سونو مغز و نوار مغز	متخصص مغز و اعصاب
جراحی‌ها	متخصص جراحی
جواب آزمایشات متابولیک	متخصص غدد
اسهال و استفراغ	متخصص نوزادان

## نکات قابل توجه در مصرف دارو:

**طبق دستور پزشک و توصیه پرستار** مقدار مناسب قرص خوراکی را داخل هاون کوچک کاملاً کوبیده و پودر موجود را با مقدار مناسب آب حل نموده و به نوزاد بخورانید.

اسید فولیک، ویتامین ای و مولتی ویتامین را طبق دستور پزشک استفاده نمایید.

آنتی بیوتیک را سر ساعت استفاده نماید.

داروی فنوباریتال سرساعت ناگهانی قطع نشود و طبق دستور تا زمان نیاز استفاده شود.

## موارد احتیاط:

در نوزادان با هر مقدار تب بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید.

در صورت زرد شدن نوزاد، کاهش وزن، شیرنخوردن، بیحالی، تب، ادرار نکردن یا ادرار کم، به پزشک مراجعه نمایید.

## مراقبت‌های عمومی نوزاد:

درجه حرارت اتاق نوزاد ۲۸-۲۵ درجه سانتیگراد باشد.

از پوشاندن لباس زیاد به نوزاد خودداری نمایید.

جهت تمیز نمودن نوزاد در منزل هفته‌ای دو بار نوزاد را حمام نموده و در بقیه موارد می‌توانید از آب و پنبه برای نظافت استفاده کنید.

دفعات ادرار طبیعی نوزاد حدود ۸-۷ دفعه در شبانه روز می‌باشد.

جهت پیشگیری از ادرار سوختگی پای نوزاد هر ۳-۲ ساعت پوشک نوزاد تعویض شده و ناحیه آلوده به ادرار و مدفوع با آب ساده شسته شود.

در صورت قرمزی و یا زخم در ناحیه پوشک جهت استفاده از داروی مناسب به پزشک مراجعه نمایید.

برجستگی پستان در نوزادان امری طبیعی است بنابراین از دوشیدن یا ماساژ پستان نوزاد جداً خودداری نمایید.

بند ناف نوزاد را در زیر پوشک یا قنداق محبوس نکنید و نیازی به الکل زدن نمی‌باشد فقط از آلودگی با مدفوع پیشگیری نمایید.

از دوشیدن شیر در بینی نوزاد خودداری نمایید. در صورت گرفتگی بینی فقط با دستور پزشک از ۲-۱ قطره کلورسدیم در هر سوراخ و تمیز نمودن آن با پوار (فین گیر) استفاده کنید.

## تغذیه نوزاد

شیردهی به نوزاد حداقل هر ۳-۲ ساعت یکبار انجام شود.

هنگام شب خصوصاً نوزادان دچار زردی را هر ۳-۲ ساعت برای شیردهی از خواب بیدار نمایید.

تغذیه نوزاد در شش ماه اول زندگی فقط با شیر مادر است و از دادن ترنجبین، شیرخشت، بارهنگ و آب قند به نوزاد خودداری نمایید.

نوزادان که شیر هیپوآلژن دارند مادر در صورتی می‌تواند به نوزاد شیر بدهد که از حدود یک ماه قبل از محصولات لبنی استفاده نکرده باشد.

## نکات مهم در شیردهی:

مادر قبل از شیردهی حتماً دستها را با آب و صابون بشوید.

نحوه صحیح شیردادن به نوزاد را به طور حضوری از پرستار بخش آموزش بگیرید.

در موقع شیردهی تمام هاله قهوه‌ای سینه مادر باید در دهان نوزاد قرار گیرد. با مکیدن نوک سینه مادر، یا کشیدن سینه از دهان نوزاد علاوه بر اینکه نوزاد خوب شیر نمی‌خورد و دچار دل‌درد می‌گردد؛ نوک سینه مادر نیز دچار زخم (شقاق) می‌گردد.

پس از شیردهی با ماساژ و ضربات ریز و آرام در پشت نوزاد آروغ او را بگیرید.

## ترخیص

# نوزادان بستری



کد: (۲۰-۱۰-۱۴)

۲- یک ربع قبل از دوشیدن شیر، خوردن یک لیوان نوشیدنی گرم به جریان بهتر شیر کمک می‌کند.

۳- سینه را ماساژ داده و شیر را با استفاده از دست و یا شیر دوش بدوشید.

۴- مادر می‌تواند شیر خود را بدوشد و آن را درون شیشه شیر نوزاد قرار دهد و یا آن را درون کیسه ای تمیز قرار دهد و درب آن را ببندد و آن را داخل فریزر قرار دهد. اگر برای مدت زمان طولانی می‌خواهید شیر مادر را درون فریزر نگهداری کنید، از کیسه های مخصوصی که مختص نگهداری در فریزر هستند استفاده کنید تا کیفیت شیر مادر پس از گذشت زمان، در فریزر پایین نیاید.

**مدت نگهداری شیر مادر در یخچال: ۳ روز**

**مدت نگهداری شیر در جایخی یخچال: ۲ هفته**

**مدت نگهداری شیر در فریزر ۱۸- درجه: ۳ ماه**

۵- برای گرم کردن شیر آنرا به آرامی به روش بن‌ماری گرم کنید تا به درجه حرارت بدن مادر برسد و سپس به نوزاد بدهید، طوری که همان حالت شیر خوردن از سینه مادر برای نوزاد تداعی شود.

۶- باقیمانده شیر یخزده را که نوزاد نخورده است دور بریزید. بنابراین برای نگهداری شیر به اندازه هر وعده تغذیه نوزاد شیر را فریز نمایید.

۷- هرگز برای گرم کردن شیر فریزر شده مادر از ماکروویو استفاده نکنید.

دسترسی به آموزش بیمار از آدرس اینترنتی:  
[bahrami.tums.ac.ir](http://bahrami.tums.ac.ir)

\* تهران، خیابان دماوند، خیابان شهید کیایی، خیابان انصارالحسین

بیمارستان فوق تخصصی کودکان بهرامی، تلفن: ۷۳۰۱۳۰۰۰

\* نوبت دهی تلفنی ۷۷۵۸۶۳۸۵ - ۷۷۵۸۶۳۸۹ - ۷۷۵۸۶۳۹۴

(به صورت ۲۴ ساعته) ۷۷۵۸۶۴۰۲

\* نوبت دهی اینترنتی: [nobat.tums.ac.ir](http://nobat.tums.ac.ir)

**بهترین مدل خواباندن نوزاد پس از شیردهی:** رو به مادر در زاویه ۳۰-۴۵ درجه (در سطح شیبدار) و یکساعت اول پس از شیردهی به پهلو چپ و ساعت دوم به پهلو راست خوابانده شود.

## جهت پیشگیری از زخم سینه مادر

دقت کنید وضعیت شیردادن به نوزاد مناسب باشد.

از کشیدن پستان از دهان نوزاد خوداری نمایید.

چنانچه نوک پستان قرمز است یا زخم بدون خونریزی دارد شیردهی به نوزاد را به طریقه صحیح انجام دهید و در فواصل شیردهی محل زخم یا التهاب را با شیر مادر چرب نمایید.

اگر نوک پستان خونریزی دارد یا بسیار دردناک است و قادر به شیردهی به نوزاد نیستید حتماً هر ۳-۴ ساعت شیر سینه را دوشیده و دور بریزید؛ محل زخم را با شیر خود چرب نموده و چنانچه زخم عفونی شده است حتماً به پزشک مراجعه نمایید.

## دوشیدن و نگهداری شیر

تنها در شرایطی که واقعا امکان شیردهی مستقیم مادر وجود ندارد، از شیر فریز شده استفاده کنید.

۱- قبل از دوشیدن شیر دستها را بشویید