



روشهای مراقبت از نوزاد

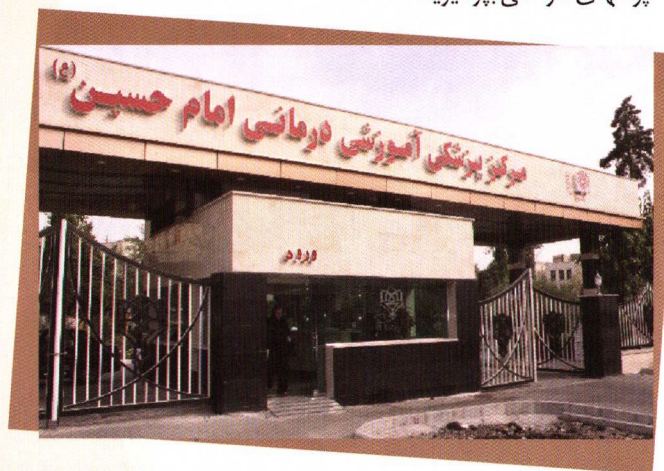
۱

مرکز پزشکی آموزشی درمانی امام حسین (ع)

➡ ترمیم محل افتادن بند ناف ممکن است چند روز بطول انجامد. موقع افتادن بند ناف ممکن است پوشک کمی خونی شود، این امر طبیعی است.

➡ پوشک را زیر بند ناف ببندید تا جریان هوا برای خشک کردن آن کافی باشد و ادرار با آن تماس نداشته باشد. مادام که بند ناف نیفتاده است از حمام وان استفاده نکنید و نباید نوزاد را در آب غوطه ور کرد.

➡ در هوای گرم بهتر آنست که تنها یک پوشک و یک تی شرت آزاد به نوزاد بپوشانید تا هوا جریان کافی داشته باشد و خشک شدن بند ناف تسریع شود. تا وقتی که بند ناف نیفتاده است از پوشاندن زیر پوشهای سرهمی بپرهیزید.



تهران - خیابان شهید مدنی تلفن: ۷۳۴۳۰

روابط عمومی: ۷۷۵۸۵۸۵۰

WWW.EHMC.IR

دکتر مریم السادات حسینی
متخصص زنان
استاد
۲۵۸۱۷

قیچی مخصوص کودکان است. نوک این قیچی های ناخنگیر گرد است و تیز نبودن آن کمک می کند تا در صورت تکان خوردن به کودک آسیب نرسد.

➡ می توانید از ناخن گیر مخصوص کودک نیز استفاده کنید، در اینصورت باید خیلی دقت کنید که پوست یا حتی گوشت نوک انگشت کودک بطور اتفاقی در آن گیر نکند. بهتر است همراه یک نفر دیگر نسبت به انجام این کار اقدام کنید.

➡ یکی از شما دو نفر کودک را نگه می دارد و یا مانع حرکت زیاد او می شود و نفر دیگر ناخن ها را کوتاه می کند.

➡ بهترین زمان کوتاه کردن ناخن هنگام خواب است زیرا کودک آرامتر است. هنگام چیدن ناخن، نوک انگشت کودک را از لبه ناخن دور کنید تا در ناخن گیر یا قیچی گیر نکند. باصاف نگه داشتن دست ها بادت دیگر ناخن ها را کوتاه کنید.

مراقبت از محل قطع شدن بند ناف



➡ بند ناف نوزاد

بعد از تولد از نزدیکی بدن بسته شده و بطور بدون دردی بریده می شود. محل

بریدگی باید تا آنجا که ممکن است تمیز و خشک نگه داشته شود. معمولاً مدت ۵ تا ۱۰ روز طول می کشد تا بند ناف خشک شود و بیفتد.

معیار رشد نوزاد قد، وزن و دورسر و سینه او می باشد.

قد نوزاد: در نوزاد کامل و رسیده ۴۶ تا ۵۴ سانتی متر می باشد.

وزن نوزاد: به طور طبیعی ۲۵۰۰ تا ۴۰۰۰ گرم می باشد نوزادان طی ۱۰ روز اول تولد مقداری از وزن خود را از دست می دهند و در ده روزگی به وزن زمان تولد می رسند و در ۵ ماهگی وزن آنان ۲ برابر زمان تولد و در یک سالگی ۳ برابر می شود.

وزن گیری نوزاد: نوزاد سالم در ماه اول تولد هر هفته ۲۵۰ گرم و هر ۱۰ روز ۳۵۰ گرم و در مجموع در ماه اول ۵۰۰ تا ۱۰۰۰ گرم اضافه می کند.

دور سر نوزاد: به طور طبیعی ۳۳ تا ۳۷ سانتی متر می باشد.

علائم خطر: در صورت بروز هر یک از علائم زیر فوری به پزشک مراجعه کنید.

➔ مشکلات در امر تغذیه: نوزاد برای تغذیه بیدار نمی شود، بی اشتها است و..

➔ استفراغ مکرر و مداوم یعنی با هر بار تغذیه استفراغ می کند

➔ تنفس مشکل، فرو رفتگی قفسه سینه و ناله کردن

➔ تنفس خیلی سریع یا خیلی آهسته یا قطع تنفس به مدت

طولانی

➔ سردی بدن و یا دست و پا های نوزاد یا تب

➔ رنگ پریده بودن دایمی نوزاد

➔ تشنج

➔ اسهال

➔ زردی پوست

➔ بی قراری شدید یا بی حالی

➔ مشکلات بند ناف

پوسته ریزی پوست سر:

پوسته ریزی پوست سر اگر چه منظره زیبایی ندارد اختلالی شایع و



بی خطر است. ممکن است کودک شما مختصری پوسته خشک شبیه شوره سر داشته باشد و یا ممکن است در مواردی این پوسته

ریزی شدید بوده و پوسته ها کاملاً ضخیم، چرب و زرد رنگ باشند و یا حالت کبره داشته باشند.

این اختلال ممکن است بین دو هفتگی تا سه ماهگی دیده شود و معمولاً بعد از چندین ماه خود بخود بر طرف می گردد علت ایجاد این پوسته ها آنست که غدد سباسه موجود در پوست سر بیش از حد چربی ترشح می کنند و این چربی ها تبدیل به پوسته هایی خشک می شوند و می ریزند.

بسیاری از کارشناسان معتقدند که ترشح بیش از حد هورمون ها در مادر و رسیدن آن به جنین هنگام تولد موجب فعال شدن بیش از حد غدد سباسه می شود. وقتی پس از چند ماه سطح هورمون ها در بدن کودک پایین می آید، این اختلال نیز از بین می رود.

➔ برای برداشتن پوسته ها بهترین راه آنست که دوبار در هفته

روغن های مخصوص کودک یا روغن های گیاهی مانند روغن زیتون را روی سر کودک بمالید و چند دقیقه صبر کنید سپس موهای او را شانه کنید تا پوسته ها بریزند. سپس سر او را با یک شامپو ملایم مخصوص بچه بشویید.

➔ این اختلال رفته رفته بطور خودبخود از بین می رود ولی اگر این حالت تا چندین ماه ادامه یافت و یا شدت پیدا کرد و به سایر قسمت های بدن انتشار یافت، با یک متخصص اطفال مشورت کنید.

کوتاه کردن ناخن ها

➔ ناخن های کودک نرم تر و تا شونده تر از ناخن های شماست



ولی اشتباه نکنید؛ کودکان ناخن های تیزی دارند. اگر ناخن های کودک را به موقع نگیرید

ممکن است هنگام دست و پا زدن صورت شما یا خودش را زخمی کند. شاید لازم باشد این کار را در اولین روزهای بازگشت به خانه انجام دهید.

➔ ناخن های دست نوزاد خیلی بسرعت رشد می کنند و ممکن است لازم باشد ناخن دست را ۱-۲ بار در هفته و ناخن های پا ۱-۲ بار در ماه کوتاه کنید. سرعت رشد ناخن های پا از ناخن های دست کمتر است.

➔ آسان ترین راه کوتاه کردن ناخن های دست کودک با استفاده از