



من با نوزادم

نقش والدین در مراقبت از نوزاد

(چهار هفته اول زندگی)

مولفان:

معصومه عبدالعلیان

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مازندران

دکتر حمید محمدجعفری

(فوق تخصص نفلولوژی کودکان)

و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مازندران

عبدالعلیان، معصومه، ۱۳۲۹ -	سرشناسه:
نقش والدین در مراقبت از نوزاد (چهار هفته اول زندگی)/	عنوان و پدیدآور:
مولفان معصومه عبدالعلیان، حمید محمد جعفری. [به سفارش] دانشگاه علوم پزشکی و خدمات	
	بهداشتی درمانی مازندران
ساری: آوای مسیح، ۱۳۸۸.	وضعیت نشر:
۲۴۸ ص.: مصور، جدول.	مشخصات ظاهری:
۴۸۰۰۰ ریال: 978-964-2769-38-4	شابک:
فیپا	وضعیت فهرست نویسی:
بالای عنوان: من با نوزادم.	یادداشت:
واژه‌نامه	یادداشت:
من با نوزادم	عنوان دیگر:
نوزاد - پرستاری و مراقبت.	موضوع:
محمد جعفری، حمید.	شناسه افزوده:
۱۳۸۸ ۴۳م ۲۵۳RJ	رده بندی دیویی:
۶۴۹/۱۲۲	رده بندی کنگره:
۴۲۵۵۹۷۱	شماره کتابخانه ملی:

انتشارات آوای مسیح و دانشگاه علوم پزشکی و	ناشر:
خدمات بهداشتی درمانی مازندران (معاونت تحقیقات و فناوری)	
چاپ اول	نوبت چاپ:
۱۳۸۸	تاریخ انتشار:
۱۰۰۰ نسخه	تیراژ:
افست زارع ساری	چاپ:

هرگونه چاپ و تصویر برداری به هر شکل و تکثیر صفحات کتاب ممنوع می باشد.

نشر آوای مسیح: تلفن: ۳۱۱۰۴۷۸ تلفکس: ۳۲۶۰۴۵۵ - ۰۱۵۱

پیام نوزاد

من یک نوزادم:

نگاهم کن، با چشمانم دنبالت می کنم
گرمم نگهدار، احساس راحتی می کنم
در آغوشم گیر، گرمایت را حس می کنم
رهایم کن، با شوق به سویت می شتابم
برایم بنواز، گوش می کنم
در گوشم نجوا کن، صدایت را پاسخ می دهم
به گریه ام توجه کن، به پشیمانی دل می بندم
در آغوشم گیر، آرام می شوم
دستانم را لمس کن، انگشتانت را می گیرم
با من حرف بزن، از تو یاد می گیرم
به من عشق بورز، با تمام وجودم به تو عشق می ورزم
برایم دعا کن، روحم را در می یابم

صفحه	عنوان
۶	مقدمه
۷	فصل اول: مراقبت از نوزاد در اتاق زایمان
۱۳	فصل دوم: هم اتاقی مادر و نوزاد
۱۹	فصل سوم: معاینه پزشکی نوزاد بعد از تولد
۲۵	فصل چهارم: تغییرات ناگهانی در نوزاد
۴۵	فصل پنجم: مشخصات ظاهری نوزاد
۶۷	فصل ششم: مراقبت های دوره نوزادی در منزل
۱۰۷	فصل هفتم: بازی در نوزادان
۱۰۹	فصل هشتم: خلق و خوی نوزاد
۱۱۳	فصل نهم: بالا آوردن نوزاد بعد از شیر خوردن یا ریفلاکس
۱۱۹	فصل دهم: چرا نوزاد گریه می کند؟
۱۲۹	فصل یازدهم: تغذیه شیرخوار با شیر مادر
۱۸۳	فصل دوازدهم: تغذیه مصنوعی نوزاد
۲۰۱	فصل سیزدهم: مراقبت از دوقلو و چند قلو
۲۰۵	فصل چهاردهم: روابط زناشویی بعد از تولد نوزاد
۲۰۷	فصل پانزدهم: چگونه بیماری نوزاد را تشخیص دهیم
۲۰۹	فصل شانزدهم: مشکلات جسمی دوره نوزادی
۲۳۳	فصل هفدهم: دارو دادن به نوزاد
۲۳۹	فصل هیجدهم: پیشگیری از حوادث
۲۴۱	فهرست منابع

به نام خدا

مقدمه

دوره نوزادی چهار هفته اول زندگی انسان را تشکیل می دهد و دوره بسیار مهمی از زندگی به شمار می رود، زیرا نوزاد در این سن نمی تواند بصورت موجود زنده و مستقل زندگی نماید و حتی نیازهای اولیه خود را تأمین نماید. یک لحظه غفلت در امر خطیر مراقبت از نوزاد ممکن است سبب مرگ وی گردد. نوزاد انسان نارس ترین و نابالغ ترین نوزادان بوده و بیشترین مراقبت را از طرف والدین نیاز دارد.

حاملگی طبیعی پس از حدود ۴۰ هفته یا ۲۸۰ روز و با تغییراتی حدود طبیعی بین ۴۲-۳۷ هفته خاتمه می یابد و نوزادی که متولد می شود نوزاد ترم^۱ نامیده می شود. در صورتی که وزن وی بین ۴۰۰۰ - ۲۵۰۰ گرم باشد می توان او را نوزاد طبیعی به شمار آورد.

در صورتی که نوزاد زودتر از حد طبیعی به دنیا آید و یا وزن وی از حد متعارف کمتر یا بیشتر باشد، نوزاد غیر طبیعی بوده منظور از غیر طبیعی بودن در روزهای اول بعد از تولد، یعنی نیاز به مراقبت های ویژه دارد که والدین باید نسبت به آن آگاه باشند.

امروزه خانواده از حالت گسترده یعنی دو یا سه نسل که با هم زندگی می کردند به صورت هسته ای یعنی فقط پدر و مادر با هم زندگی می کنند تغییر کرده است، لذا با تغییر سیستم خانواده والدین هم باید تغییر بکنند. والدین جهت مراقبت از نوزاد باید از دانش و مهارت کافی برخوردار باشند تا دچار اضطراب نگردند. اگر چنانچه والدین دانش و مهارت خود را بالا ببرند می توانند در تشخیص رفتارهای غیر طبیعی کودک نقش کلیدی داشته باشند و بلافاصله با پزشک کودک خود مشورت و از هر گونه عوارض پیشگیری کنند.

لازم است مادر از ماه هفتم حاملگی با نحوه ی شیردهی، حمام دادن، بغل کردن نوزاد و... آشنا گردد تا بتواند با آرامش کامل از نوزاد خود مراقبت نماید، زیرا گام اول عشق به فرزند آرامش مادر است. والدینی که آمادگی کامل برای پذیرش نوزاد خود دارند، از اعتماد به نفس خوبی برخوردار می باشند که این خود در رشد و تکامل نوزاد موثر خواهد بود.

امید آن است که این کتاب که به مراقبت های نوزاد در حالت سلامت، بیماری، پیشگیری از بیماری و حوادث پرداخته است مورد استفاده والدین عزیز و علاقمندان قرار گیرد.

معصومه عبدالعلیان

حمید محمد جعفری

فصل اول

مراقبت از نوزاد در اطاق زایمان (بلافاصله پس از تولد)

مراقبت فوری از نوزاد عبارت است از: ثابت نگهداشتن و حفظ تنفس، مراقبت از بند ناف، مراقبت از چشم، ثابت نگهداشتن درجه حرارت، تعیین هویت نوزاد و پیشگیری از خونریزی است. حدود یک و سپس پنج دقیقه بعد از اینکه نوزاد کاملاً متولد شد ۵ علامت قابل مشاهده بایستی ارزیابی شود. ضربان نبض، کوشش برای تنفس، قدرت عضلانی، واکنش نسبت به تحریکات و رنگ پوست این سیستم نمره گذاری توسط دکتر ویرجینیا آپگار^۱ پیشنهاد شده است (جدول ۱) هر کدام از این علائم، به عنوان یک شاخص، وضعیت نوزاد را به ما نشان می دهد. به هر یک از پنج علائم نمره های ۰، ۱، یا ۲ داده می شود. نوزاد در بهترین شرایط نمره ۱۰ می گیرد. اگر نمره اش بین ۷-۱۰ باشد نیاز به درمان ندارد. اگر چنانچه این نمره ۶ یا پایین تر از آن باشد، شرایط نوزاد بلافاصله باید بررسی شده و مورد درمان قرار گیرد. تقریباً ۹۰-۷۰ درصد نوزادانی که متولد می شوند نمره ۷ یا بالاتر از آن را در دقیقه اول بعد از تولد دریافت می کنند. پزشک، ماما و پرستار مسئولیتهای متعددی در مراقبت از نوزاد بلافاصله بعد از تولد را دارند.

^۱ -Apgar Scoring System (D.Virginia Apgar)

علائم	۰	۱	۲
ضربان قلب	وجود ندارد	آهسته، کمتر از ۱۰۰ در دقیقه	بیشتر از ۱۰۰ در دقیقه
کوشش برای تنفس	وجود ندارد	گریه ضعیف، کند شدن تنفس	گریه قوی
قدرت عضلانی	فلج	جمع کردن مختصر دست و پا	دست و پا را خوب جمع می کند
واکنش نسبت به تحریکات (سوند زدن در بینی)	واکنش وجود ندارد	عضلات صورت خود را حرکت می دهد	سرفه یا عطسه می کند
رنگ پوست	رنگ پریده یا آبی رنگ	انتهاها آبی و بدن صورتی	صورتی

جدول ۱ چارت نمره گذاری آپگار

ثابت نگهداشتن تنفس

تنفس نوزاد بایستی ثابت نگهداشته شود. برای این منظور لازم است نوزاد به طور متناوب گریه نماید. انبساط کامل ریتین، اکسیژن را برای خون آماده می نماید، در حالی که قبل از تولد خون از طریق جفت به جنین می رسد. اکسیژن حرکات تنفسی را تحریک می نماید حتی زمانی که جنین در داخل رحم قرار گرفته این عمل به طور سطحی انجام می گیرد. چنانچه نوزاد به مدت ۳۰ ثانیه بعد از تولد نفس نکشد دچار کمبود اکسیژن یا خفگی می گردد و نیاز به مشاهده دقیق و کامل دارد. لازم است وسایل برای احیاء تنفسی در دسترس قرار داشته باشد.

بعضی از نوزادان نیاز به تحریکات بیشتر تنفسی در مقایسه با نوزادانی که به طور طبیعی از مادر متولد می شوند دارند. نارسائی در گریه کردن ممکن است به دلایل متفاوتی باشد. یک علت معمول آن انسداد مجاری تنفسی به وسیله ترشحات مخاطی است. که لازم است با پوآر (مکنده پلاستیکی) ترشحات خارج شود.

اگر چنانچه موارد فوق موفقیت آمیز نبود، جهت تسهیل خروج ترشحات از ساکشن یا دستگاه مکنده استفاده می گردد.