

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

نوزاد نارس

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):
پزشک معالج:		
تاریخ پذیرش:		
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:		
- این نوزادان در مقایسه با نوزادان رسیده، تعداد دفعات بیداری بیشتری داشته، لذا در این مورد نگران نباشید. - بهتر است که برای معاینات دوره‌ای و واکسیناسیون منظم با مراکز بهداشتی یا پزشک خود به صورت منظم در ارتباط باشید. - مراقب باشید که نوزاد روی شکمش نخوابد. - از قرار دادن نوزاد در کنار بخاری، رادیاتور شوفاژ، جریان باد کولر و یا پنکه و یا تابش مستقیم آفتاب پرهیز شود. - لازم است شیرخوار پوشش مناسب داشته باشد. معمولاً پوشاندن کلاه، جوراب و دستکش در روزها و حتی هفته‌های اول بعد از ترخیص، به خصوص در فصول سرد سال توصیه می‌شود. - کنترل درجه حرارت نوزاد (درجه حرارت مناسب بدن نوزاد با تب گیر زیر بغل 36 تا 36/5 سانتی‌گراد) بهترین راه پرهیز از مشکلات گرما و سرما می‌باشد. - به دلیل ضعف جسمانی که دارند، نیازمند صبر و حوصله بیشتری برای تغذیه می‌باشند و لذا ممکن است مجبور شوید حتی ساعت‌ها برای تغذیه او وقت بگذارید. - تداوم تغذیه با شیر مادر یا شیر خشک هر 2 تا 2/5 ساعت لازم است. در صورت خواب بودن نوزاد بیشتر از 3 تا 4 ساعت احتمال کاهش قند خون وجود دارد لذا بهتر است تغذیه با شیر قبل از رسیدن به این حد با بیدار کردن شیرخوار از سر گرفته شود. - شیرتان را در فواصل منظم حدود 6 تا 8 بار در روز بدوشید تا سینه‌تان تحریک به تولید شیر شود. - خیس بودن کهنه و وزن گیری روزانه 20 تا 30 گرم یا هفته‌ای 150 تا 200 گرم بهترین معیار برای وزن گیری مناسب است. - نوزادان نارس با سن حاملگی کمتر از 34 هفته و وزن کمتر از 2000 گرم و تمامی نوزادان نارس که سابقه دریافت اکسیژن و یا دستگاه کمک تنفسی دارند، در معرض خطر بیماری نارسایی شبکه چشم قرار دارند. که در صورت عدم درمان ممکن است سبب نابینایی شود. لذا این نوزادان باید در 4 تا 6 هفتهگی توسط فوق تخصص شبکه چشم و یا چشم پزشکی که تجربه کافی در این زمینه دارند معاینه شوند. مراجعات بعدی توسط چشم پزشک معین می‌گردد. - داروهایی که پزشک دستور می‌دهد را مرتب و سر وقت به نوزاد بدهید و از قطع آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - در صورت صلاح دید پزشک جهت معاینه نوزاد توسط پزشک، ارزیابی شنوایی، سونوگرافی مغز و لگن اقدام شود. - از تماس کسانی که دارای عفونت مجاری تنفسی و سرما خورده هستند با نوزاد جلوگیری کنید. بوسیدن نوزاد ممکن است باعث انتقال بیماری‌ها به نوزاد نارس شود. - بهتر است در ماه‌های اول زندگی نوزاد نارس از مسافرت‌های طولانی و حضور در میهمانی‌های شلوغ پرهیز شود. - از کمک اعضاء خانواده در مراقبت از نوزاد خود استفاده کنید. - چون نوزادان نارس ظرفیت محدودتری برای بهبودی و رشد دارند مراقب باشید در خواب نوزاد اختلال ایجاد نشود. - نباید نوزاد به وسیله سر و صدای محیط، نور و لمس بیش از حد تحریک شود. - زمانی که نوزاد رسیده تر شد و شرایط جسمی با ثبات تری پیدا کرد می‌توانید دوره های منظم مراقبت کانگورویی قراردادن نوزاد روی شکم مادر و ماساژ را برای او انجام دهید. - مسئولیت مراقبت از نوزاد بر عهده شما می‌باشد و بنابراین لازم است از آمادگی لازم برای ایجاد مهارت‌های زیر برخوردار باشید: - احیاء قلبی، ریوی نوزاد و مراقبت های اساسی از نوزاد و نحوه استفاده از دارو و تجهیزات پزشکی در منزل		
در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید		
- علائمی مانند تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ‌های مکرر، بی حالی و یا تشنج و ... - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		