



تعریف نوزاد نارس:

به شیر خوارانی که قبل از هفته ۳۷ حاملگی متولد می شوند نارس گفته می شود. اغلب در نوزادان کمتر از ۳۵ هفته کارکرد دستگاههای

مختلف بدن تکامل کافی ندارد و نیاز به زمان دارند.

➤ مادران عزیز توجه داشته باشید :
درجه حرارت مناسب اتاق برای نوزاد نارس ۲۴ تا ۲۵ درجه سانتی گراد است. از قرار دادن نوزاد در کنار بخاری ، رادیاتور، کولر یا پنکه یا تابش مستقیم آفتاب خودداری کنید.

➤ لازم است شیرخوار پوشش مناسبی داشته باشد معمولاً پوشاندن کلاه ، جوراب و دستکش در روزها و حتی هفته های اول بعد از ترخیص بخصوص در فصل سرما توصیه می

شود. درجه حرارت نوزاد با دماسنج زیر بغل ۳۶ تا ۳۶/۵ مناسب است.

➤ قبل از هر بار شیردهی مادر باید دست های خود را بشوید و نوزاد را به دفعات دلخواه او حتی ۱۰ تا ۲۰ بار در شبانه روز تغذیه نماید. تداوم تغذیه با شیرمادر هر ۲ تا ۲/۵ ساعت لازم است.

➤ در صورت خواب بودن نوزاد بیشتر از ۳ تا ۴ ساعت احتمال کاهش قند خون وجود دارد لذا بهتر است تغذیه با شیر مادر قبل از رسیدن به این حد با بیدار کردن شیر خوار از سر گرفته شود.

- مهمترین علامت کافی بودن شیر مادر افزایش وزن در طی دوران نوزادی است.
- از در آغوش گرفتن صحیح نوزاد و درست گرفتن پستان اطمینان حاصل کنید.
- به خیس بودن پوشک نوزاد توجه کنید و تعویض به موقع آن را در نظر داشته باشید.
- وزن گیری روزانه ۲۰ تا ۳۰ گرم و هفته ای ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم بهترین معیار وزن گیری است. مادرانی که شیر کافی ندارند میتوانند از مکمل های موجود در بازار در صورت

صلاحید پزشک برای افزایش

پروتئین و املاح شیر استفاده کنند. قابل ذکر است در تمام وعده های شیر دهی یا بخشی از آن میتوان از این روش استفاده کرد.

- در هر زمان که نوزاد علایمی همچون تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ مکرر، بی حالی یا تشنج داشت سریعاً به پزشک اطفال مراجعه کنید.
- اولین معاینه نوزاد بایستی ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از ترخیص صورت گیرد.
- مراجعات بعدی هفته ای یک بار تا وزن به ۲ تا ۲/۵ کیلوگرم برسد، بعد

دوهفته ای یک بار و بعد به صورت ماهیانه است. در صورت صلاحدید پزشک حتی این فواصل میتواند کمتر هم شود.



➤ بهتر است در ماه های اول زندگی نوزاد نارس ، از مسافرت های طولانی و حضور در مهمانی های شلوغ پرهیز شود. بوسیدن نوزاد سبب انتقال عفونت به نوزاد نارس می شود.



➤ تمامی نوزادان نارس که سابقه دریافت اکسیژن یا تهویه مکانیکی داشته اند در معرض بیماری نارسایی شبکیه چشم هستند و در باید در هفته ی ۴ تا ۵ توسط چشم پزشک معاینه شوند و مراجعات بعدی توسط پزشک تعیین می شود.

➤ نوزادان نارس در معرض خونریزی مغزی هستند، لذا توصیه میشود سونوگرافی های تعیین شده بعد از ترخیص پیگیری شود.

➤ همچنین این نوزادان در معرض مشکلات شنوایی نیز هستند که باید با تست ABR مورد ارزیابی قرار گیرند.

➤ قطره ی مولتی ویتامین یا A+D را از روز پنجم تولد به میزان ۲۵ قطره در روز شروع کنید و ادامه دهید. برای نوزادان نارس ۱۲ قطره ۲ بار در روز توصیه می شود.

➤ واکسیناسیون را طبق برنامه ی رایج کشوری ادامه دهید.

➤ اگر لازم است نوزاد بعد از ترخیص دارو مصرف نماید ، دستور دقیق مصرف آن و روش دادن دارو را هنگام خروج از بیمارستان از پزشک معالج بگیرید.

➤ مادر باید روش صحیح شیر دهی به نوزاد و نگهداری شیر و خوراندن دارو



بیمارستان شهید محمد منتظری

واحد آموزش سلامت

نوزاد نارس

بعد از ترخیص

تاریخ تدوین: ۱۳۹۸/۰۹/۲۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۹/۱۶

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۹/۱۶

کد: MH.BR.PE.INF.۱۷۴

واحد آموزش به بیمار



(با آرزوی سلامتی برای شما)

های ویتامینه را روز قبل از ترخیص

آموزش ببیند.

➤ هفته ای ۱ تا ۲ بار نوزاد را حمام کنید

چگونگی حمام کردن و گرم نگه داشتن

نوزاد را قبل از ترخیص آموزش ببینید.

➤ از دادن داروهای خانگی، جوشانده ها ،

خود درمانی و اجرای دستورات متفرقه

غیر از دستورات پزشک معالج

خودداری نمایید.

➤ دفعات ادرار حداقل ۶ تا ۷ بار و

مدفوع حداقل ۱ بار در ۲۴ ساعت می

باشد.