

نوزادانی که قبل از 37 هفتگی متولد می‌شوند را نوزادان نارس می‌گویند. از علایم آن می‌توان به وزن کمتر از 2500 گرم، پوست نازک و براق، مکیدن و بلع ناموثر، کمبود چربی بدن، گریه ضعیف و تون بدنی ضعیف و غیر فعال اشاره کرد؛ لذا این نوزادان به مراقبت‌های خاص نیاز دارند و والدین آنها بایستی اطلاعات کافی از نحوه مراقبت از نوزاد خود کسب کنند. در طول بستری نوزاد حضور والدین به خصوص مادر اهمیت زیادی دارد؛ مادر باید نوزاد خود را در آغوش بگیرد و نوزادش را نوازش کند و ترجیحاً تغذیه نوزاد را آموزش ببیند.



در ابتدا شیر نوزاد با حجم کم و اغلب با لوله معده داده می‌شود، مادر در این مدت باید شیر خود را دوشیده درون ظرف درب دار و تمیز قرار دهد؛ نام نوزاد و تاریخ تهیه شیر روی ظرف ثبت شود و با قرار دادن روی یخ به بیمارستان حمل شود. این شیر در دمای اتاق 4 ساعت، در یخچال 48 ساعت، در یخدان یخچال 2 هفته، در فریزر متصل به یخچال 3 ماه و در فریزر با انجماد عمیق 6 ماه قابل نگهداری است. شیر منجمد ذوب شده فقط در یخچال تا 24 ساعت قابل استفاده می‌باشد. مادر می‌تواند تحت نظارت پرستار تغذیه با لوله معده را یاد بگیرد.

وقتی حجم شیر افزایش یافت و بنا بر دستور پزشک مکیدن با سینه مادر تمرین می‌شود تا نوزاد ترجیحاً مکیدن را یاد بگیرد طوری که تغذیه با لوله معده به تدریج قطع و شیر با سینه مادر داده می‌شود.



تغذیه با شیر مادر هر 2-2/5 ساعت انجام می‌شود. در صورت خواب زیاد احتمال کاهش قند خون وجود دارد. بهتر است نوزاد هر 2-3 ساعت بیدار شده و شیر داده شود. خیس بودن پوشک 6 بار در روز و وزن گیری بهترین معیار

برای تغذیه کافی نوزاد می‌باشد

حرارت مناسب اتاق برای نوزاد نارس 25-26 درجه سانتی‌گراد می‌باشد. نوزاد نباید در کنار بخاری، رادیاتور و سופاژ، جریان باد کولر یا پنکه و تابش مستقیم نور آفتاب خوابانده شود.



تمامی نوزادان با وزن کمتر از 2000 گرم باید در یک ماهگی یک دوز اضافی واکسن هپاتیت B دریافت کنند. در هر زمانی بعد از ترخیص اگر نوزاد بد حال شود (تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف و استفراغ‌های مکرر) سریعاً به پزشک مراجعه کنید. اولین معاینه نوزاد بایستی 24 تا 48 ساعت بعد از ترخیص و مراجعات بعدی هر هفته یکبار می‌باشد. بهتر است در ماه‌های اول زندگی نوزاد نارس، از مسافرت‌های طولانی و حضور در مهمانی‌های شلوغ پرهیز شود. بوسیدن نوزاد ممکن است باعث انتقال بیماری‌ها به او شود.



در زمانی که حجم شیر نوزاد به مقدار کافی برسد؛ روزانه 25 قطره مولتی ویتامین به شیر اضافه می‌گردد. برای افزایش پروتئین و املاح به شیر مادر، مکمل‌هایی در بازار است که در صورت نیاز پزشک این مکمل را به شیر نوزاد اضافه می‌کند. همچنین بسته به نظر پزشک قطره آهن از یک ماهگی داده می‌شود.

مشاور علمی: دکتر اعظم قهساره اردستانی (فوق تخصص نوزادان)

واحد آموزش به بیمار