



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی بیمارستان حضرت ولی عصر (عج)

نوزاد نارس

وامد آموزش سلامت

تهیه کننده: خانم فاطمه پور اکبر

(کارشناس پرستاری)

تنظیم: خانم آمنه ابوالقاسمی (سوپروایزر آموزش سلامت)

مشاور علمی: دکتر عالیہ میرزایی

بیمارستان حضرت ولیعصر (عج) فسا

آدرس: میدان ابن سینا

تلفن: 071-53315018

وبسایت: vh.fums.ac.ir

شهریور 1404

نوزاد نارس:

به نوزادی گفته می شود که قبل از هفته 37 بارداری متولد شود. هر چه نوزاد سن حاملگی (سن داخل رحمی) کمتری داشته باشد احتمال بروز مشکلات پس از تولد برای او بیشتر است.

نوزادی که وزن هنگام تولد او کمتر از 2500 گرم باشد به عنوان کم وزن تعریف می شود. اگر وزن نوزاد کمتر از 1500 گرم باشد بسیار کم وزن خوانده می شود. نوزادان نارس ممکن است کم وزن باشد یا سر موعد مقرر متولد شده اما اندام ها در داخل رحم مادر از رشد کافی برخوردار نشده باشند.

علل تولد نوزاد نارس:

تولد نوزاد نارس ممکن است به علت مشکلاتی در جنین، مادر یا هر دوی آنها باشد. اغلب دلایل زایمان زودرس مشخص نمی باشد ولی شایع ترین علت تولد نوزاد نارس موارد زیر است:

مشکلات جفت، بارداری دوقلو یا بیشتر، عفونت مادر، مشکلات رحم یا گردن رحم، عفونت واژن، عفونت دستگاه ادراری، بیماری های مقاربتی، مصرف الکل یا داروهای روان گردان غیر مجاز در حین بارداری، شیوه زندگی مدرن، اشتغال، استرس و بیماری مادر و همچنین در زنانی که مراقبت کافی در طول بارداری نداشته اند احتمال به دنیا آمدن نوزاد نارس زیاد می باشد.

مراقبت از نوزاد نارس:

کارهایی که برای مراقبت از نوزادان نارس باید انجام شود شامل موارد زیر است:

گرم کردن:

بسیاری از نوزادان نارس فاقد چربی زیر پوست به مقدار کافی می باشند، در نتیجه نمی توانند گرما را در بدن خود نگه دارند. دمای مناسب اتاق برای نوزادان نارس بین 25-26 درجه سانتی گراد می باشد. بهترین راه برای نگه داشتن دمای بدن نوزاد در حد مطلوب در منزل، پوشاندن نوزاد با لباس و پتو به صورت لایه به لایه است تا با توجه به تغییر دمای محیط بتوان لایه ها را کم یا زیاد کرد.

حفظ دمای مناسب نوزاد در حمام و بعد از آن بسیار مهم است. نوزاد را در کنار شواژ یا بخاری یا تابش مستقیم آفتاب قرار ندهید نه تنها سرما بلکه گرمای زیاد نیز برای سلامت نوزاد مضر است.

تغذیه:

تغذیه نوزاد نارس با نوزاد رسیده تفاوت دارد، به طوری که به انرژی و پروتئین بیشتری نیاز دارند و هضم چربیها در آنها کامل نیست. نیاز به سدیم، کلسیم، فسفر، آهن و برخی ویتامین ها در آنها بیشتر است. ترکیب شیرمادر نوزاد نارس متناسب با نیاز این نوزادان است.

عوامل ایمنی بخش در شیرمادر نوزاد نارس بیشتر است و عملکرد سیستم ایمنی شیرخواران نارس را بهبود می بخشد.

تماس پوست با پوست مادر و شیرخوار غلظت آنتی بادی های شیرمادر را تحت تاثیر قرار می دهد و باعث می شود از ابتلا به عفونت ها محفوظ بماند و سریع تر رشد کند.

جهت جلوگیری از برگشت شیربه دهان بهتر است نوزاد پس از شیرخوردن به سمت راست خوابانده شده و سر نوزاد 30 درجه بالاتر از سطح بدن قرار داده شود.

بهترین تغذیه برای نوزاد نارس شیرمادر است.

خواب:

خوابیدن بیش از 3-4 ساعت در نوزادان ممکن است به دلیل کاهش قندخون باشد، پس لازم است هر 2 تا 3 ساعت به نوزاد شیر مادر دهید و در صورت خواب بودن او را بیدار و به او شیر بدهید. برای کمک به خواب آرام نوزاد نیاز است تا همانند یک بزرگسال شرایط خواب آسوده را برای نوزاد خود فراهم کنید. محیط آرام با نور کم می تواند با بهبود خواب نوزاد شرایط لازم برای رشد مطلوب نوزاد نارس را به وجود آورد. در ماههای اولیه در طی شب ممکن است نوزاد به دلیل کوچکتر بودن و گرسنگی زود به زود، نسبت به نوزادان رسیده بیشتر از خواب بیدار شود.

نکات قابل توجه:

❖ خیس بودن پوشک حداقل 6 بار در شبانه روز و وزن گیری 20-30 گرم روزانه یا 200-150 گرم هفته ای نشاندهنده وزن گیری مناسب نوزاد است.

❖ بعد از ترخیص هر زمان که نوزاد دچار علایمی از جمله : شیر نخوردن، تب، سختی تنفس، اسهال، تشنج، استفراغ های مکرر، مکیدن ضعیف، بی حالی و... شود باید سریعاً به پزشک مراجعه نمود.

❖ نوزاد نارس با وزن کمتر از 2000 گرم و یا سن حاملگی کمتر از 34 هفته به دلیل در معرض خطر بودن خونریزی های داخل بطنی ممکن است با نظر پزشک نیاز به چندین بار سونوگرافی مغز داشته باشند.

❖ تمامی نوزادان نارس باید مورد ارزیابی شنوایی سنجی قرار بگیرند. کاهش شنوایی از ناگواری های خاموش است که اغلب تا 2-3 سالگی تشخیص داده نمی شود و باعث مشکلات یادگیری زبان و رشد و تکامل شیرخوار می گردد. بنابراین منظور نوزادان در بدو تولد و بعد از ترخیص جهت جلوگیری از مشکلات فوق باید از نظر شنوایی بررسی گردند.

❖ غربالگری بینایی باید برای تمام متولدین کمتر از 29 هفته بارداری یا کمتر از 1500 گرم و تمام نوزادان کمتر از 34 هفته که سابقه یکبار بستری در بخش مراقبت های ویژه نوزادان داشته اند انجام شود. **زمان اولین معاینه چشمی 4 تا 6 هفته پس از تولد می باشد.**

❖ بهتر است در ماههای اول زندگی نوزاد نارس از مسافرت های طولانی و حضور در میهمانی ها و مکان های شلوغ پرهیز شود.

❖ نوزاد نارس بسیار ساده تر از نوزادان رسیده بیمار می شود. به همین منظور لازم است تا حدامکان از رفت و آمد زیاد به اتاق نوزاد پرهیز شود و خصوصاً افراد بیمار به اتاق نوزاد نزدیک نشوند.

❖ توصیه می شود نوزادان نارس در ماههای اول تولد هر 2-3 هفته معاینه و ارزیابی گردند.

❖ در نوزادان خیلی نارس باید هر 1-2 هفته توسط متخصص یا فوق تخصص نوزادان معاینه و ارزیابی گردند.

❖ واکسیناسیون و آزمایشات غربالگری در موعد مقرر مدنظر قرار گیرد.