

علائم خطر

مادر و نوزاد



تهیه و تنظیم : واحد آموزش دفتر پرستاری - زمستان ۹۸
بازنگری : بهار ۱۴۰۳
منبع : وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی - معاونت
بهداشتی - اداره کل بهداشت خانواده - اداره کودکان
کتاب آموزشهای دوران بارداری و آمادگی برای زایمان -
انتشارات پژواک ، آرمان - سال چاپ تابستان ۹۵

۴- زردی نوزادی:

وجود زردی در ۲۴ ساعت اول پس از تولد غیر عادی بوده و نیاز به معاینه و بررسی دارد. اما روز دوم به بعد ، بعضی از نوزادان ، شروع به زرد شدن می کنند که این زردی در ۳-۵ روزگی به حداکثر میزان خود می رسد. ۷- ۱۰ روز بعد از تولد زردی کاهش یافته و از بین می رود. به این زردی ، زردی فیزیولوژیک (طبیعی) گفته می شود.

در برخی موارد ، زردی نوزاد ناشی از بیماری است و نیاز به بستری شدن و اقدامات درمانی دارد . در صورت افزایش میزان زردی پس از ۳-۵ روزگی ، باید به پزشک مراجعه گردد.

برای درمان زردی نوزاد ، نباید بدون تجویز پزشک ، از داروهای گیاهی استفاده نمایید.

توصیه های لازم در مراقبت از نوزاد:

- ملامت های نوزاد در هنگام گریه برجسته شده و یا همراه ضربان قلب او بالا و پایین می شوند که کاملاً طبیعی است. دقت شود هیچ گونه ضربه یا فشار ، حتی فشار انگشت به ملامت وارد نشود.

- انحراف چشم نوزادان کاملاً طبیعی بوده و تا سن ۶ ماهگی تصحیح می شود، در صورت عدم بهبود پس از ۶ ماهگی با پزشک مشورت گردد.

- عطسه کردن نوزاد امری طبیعی تلقی می شود و ربطی به بیماری ندارد. برعکس سرفه نوزاد یک علامت هشدار دهنده بوده و باید بررسی گردد.

- لرزش چانه نوزاد در هنگام تعویض پوشک و لباس ، گریه کردن ، گرسنگی و نشانه تحریک اعصاب و واکنش نوزاد به ناراحتی و درد است و نشانه تشنج نیست.

- پستان برخی نوزادان ممکن است متورم باشد و یا حتی چند قطره ترشح شیر مانند داشته باشد. این وضعیت موقتی بوده و در عرض چند روز از بین می رود. به هیچ وجه پستان نوزاد دست کاری نشود.

- دستگاه تناسلی نوزاد متورم و بزرگ است . در برخی دختران ممکن است ترشح یا خون از مهبل خارج شود که به تدریج از بین می رود.

- برای تقویت و مراقبت از چشم نوزاد نباید از هیچ دارو یا ماده ای استفاده شود ، در صورت وجود مشکل در چشم نوزاد ، باید با پزشک مشورت گردد.

قابل توجه مددجویان محترم :

واحد ارتقاء سلامت بیمارستان آماده پاسخگویی به سؤالات شما در خصوص پیشگیری ، درمان ، مراقبت از بیماری و نحوه پیگیری می باشد . در صورت نیاز ، می توانید از ساعت ۱۴-۱۲ با شماره تلفن بیمارستان (۰۲۵۵۵۹۵۳ - ۴۵۳۵۵۹۵۳) داخلی ۳۰۵ تماس حاصل نمایید.

<https://emamhasan.abzums.ac.ir/>

اگر مدفوع نوزاد زرد رنگ و نرم باشد و مقداری لخته و دانه شیر داخل آن باشد، یک مدفوع معمولی است و مشکلی ندارد، حتی اگر در هر بار تعویض کهنه نوزاد مدفوع کرده باشد. زمانی نگران اسهال نوزاد باشید که مدفوع وی نسبت به همیشه تغییر کرده باشد.

اسهال نوزادی که با شیر مادر تغذیه می شود ممکن است یکی از موارد زیر را داشته باشد:

♥ مدفوع سبز رنگ تر از نرمال باشد

♥ شل، مرطوب و آبکی باشد

♥ بوی بد داشته باشد

♥ حاوی خون یا مخاط باشد

- اگر بچه شما اسهال گرفت، مهمترین کاری که باید انجام دهید ادامه تغذیه وی با شیر پستان است. اسهال می تواند در نوزادان و بچه های کوچک به دلیل ایجاد (کم آبی) و کاهش وزن خطرناک باشد. از طریق شیردهی هر چه بیشتر با شیر مادر، احتمال دهیدراسیون را کاسته و مایعات و مواد مغذی دفع شده جبران می شود.

- رژیم غذایی خود و رژیم غذایی بچه را بررسی کنید تا مشخص شود که آیا غذای جدیدی مصرف کرده اید که علت اسهال باشد

- گر خودتان مسهل مصرف می کنید، آنرا قطع کنید و با پرستار یا پزشک مشورت کنید.

- اگر بچه دچار اسهال به همراه تب، کم آبی، خواب آلودگی شدید، یا شیر خوردن ضعیف بود؛ بلافاصله به بیمارستان مراجعه کنید.

نشانه های دهیدراسیون در نوزادان

♥ خشکی لب ها

♥ خشکی دهان

♥ کمتر از ۶ کهنه خیس در هر ۲۴ ساعت

♥ عدم تمایل به شیر خوردن

♥ نداشتن اشک در زمان گریه

♥ تحریک پذیری

دیگر علل کم آبی در نوزادان شیر خوار علاوه بر اسهال

- نخوردن شیر مادر به اندازه کافی
- خوب نگرفتن سینه مادر
- کم بودن شیر مادر
- بیماری
- تب
- گرمزدگی

به نام خدا

شش هفته اول بعد از زایمان ، دوران نقاهت پس از زایمان (نفاس) نامیده می شود و ۲۸ روز اول زندگی را دوره نوزادی می گویند. در این مدت لازم است مادر و نوزاد چند نوبت توسط کارکنان بهداشتی مراقبت شوند. همسر و اطرافیان نیز باید به تغییرات طبیعی و خطراتی که سلامت مادر و نوزاد را تهدید می کند آگاه بوده و در صورت بروز علائم خطر در اسرع وقت به مراکز بهداشتی - درمانی مراجعه نمایند.

علائم خطر مادر:

- خونریزی بیش از حد قاعدگی یا دفع لخته و وجود دردی که با مسکن و استراحت بهبود نیابد .
- تنگی نفس
- تب و لرز
- درد ، سوزش و ترشح از محل بخیه ها
- درد و ورم یک طرفه ساق و ران
- سوزش یا درد هنگام دفع ادرار
- سردرد و سرگیجه
- خروج ترشحات بدبو از مهبل
- درد ، تورم و سفتی پستانها
- افسردگی شدید
- درد شکم و پهلوها

توصیه های خودمراقبتی مادر:

- عدم دفع مدفوع تا ۲ روز اول پس از زایمان طبیعی است. در صورت عدم دفع بیش از ۲ روز باید به پزشک مراجعه شود.
- بلافاصله پس از زایمان وزن مادر حدود ۵ تا ۶ کیلوگرم کاهش می یابد و معمولاً ۶ ماه پس از زایمان ، مادر به حدود وزن قبل از بارداری برمی گردد. کاهش سریع وزن مادر در ۶ هفته اول پس از زایمان موجب کاهش ترشح شیر و افزایش مواد سمی در شیر مادر می شود و برای نوزاد شیرخوار خطرناک است. بنابراین کاهش وزن مادر باید به تدریجی و متناسب با میزان اضافه وزن بوده و با افزایش فعالیت جسمانی صورت گیرد نه با محدودیت های تغذیه ای.
- در روزهای ۳ تا ۵ پس از زایمان به دلیل افزایش حجم شیر ، پستانها حساس ، گرم و سفت ، متورم و دردناک می شوند . این حالت ممکن است همراه با تب مختصر و سردرد بروز کند. در صورت تشدید علائم یا عدم بهبودی و بروز مشکل در پستان ، باید به مراکز بهداشتی مراجعه شود.

• محافظت از غدد مونتگومری

- غدد مونتگومری غدد کوچکی است که در اطراف نیپل (نوک پستان) و در هاله پستان واقع شده اند. زمانی که پستان ها بزرگ می شوند، غدد مونتگومری شروع به بزرگ و برجسته شدن می کنند. غدد مونتگومری ترکیبی از غدد شیری و غدد سباسه (چربی زا) هستند. مقداری اندکی شیر از آنها تولید می شود اما بیشتر ترشحات آنها یک ماده چرب روغنی طبیعی است که نوک و هاله پستان را تمیز، چرب و پاکیزه نگه می دارند. - تا زمانی که نیپل و هاله آن نرم و صاف و سالم هستند، کاری به غدد مونتگومری نداشته باشید. هرچند این غدد شبیه جوش و کورک روی پستان هستند، اما جوش نیستند و نباید با فشار آنها را تخلیه کرد. - هرگز از داروهای ضد آکنه روی این غدد استفاده نکنید. این داروها هاله پستان را خشک کرده و مهمتر اینکه بسیاری از داروهای درمان آکنه خطرناک هستند و بایستی در طول حاملگی و شیردهی پرهیز شوند. - پستان خود را با آب گرم شسته و از صابونهای خیلی اسیدی پرهیز شود چون روغن محافظ ترشح شده توسط غدد مونتگومری را پاک می کند. - از هر گونه کرم، لوسیون یا پماد بر روی نیپل یا هاله آن برای جلوگیری از مشکلات نیپل خودداری کنید مگر اینکه شما دارای نیپل خیلی دردناک و ترک خورده و عفونی باشید. بعضی از کرم ها این وضعیت را حتی بدتر می کنند. مالیدن شیر دوشیده پستان خودتان درمان بهتری است. در صورت تداوم مشکل با پرستار یا پزشک خود مشورت کنید.

علائم خطر نوزاد:

- تنفس تند (۶۰ بار در دقیقه یا بیشتر)
- باز و بسته شدن سریع (پرش) پره های بینی
- توکشیده شدن قفسه سینه
- ناله کردن
- کاهش سطح هوشیاری
- بی قراری و تحریک پذیری
- برآمدگی ملاق
- درجه حرارت بالا و پایین (بیشتر از ۳۷ و کمتر از ۳۶ درجه سانتی گراد)
- تب یا سرد شدن اندامها و بدن
- رنگ پریدگی شدید یا کبودی
- زردی
- خوب شیر نخوردن
- استفراغ مکرر شیر
- تحرک کمتر از حد معمول
- بی حالی

• تشنج

- قرمزی اطراف چشم
- ترشحات چرکی ناف یا قرمزی اطراف ناف
- عدم دفع مدفوع و ادرار در روزهای اول
- جوشهای چرکی منتشر در پوست
- خروج ترشحات چرکی از چشم و تورم پلکها

مراقبت از نوزاد:

۱- مراقبت از بند ناف:

- حدود ۱ تا ۳ هفته پس از تولد بند ناف سیاه و خشک شده ، می افتد. در صورتی که بند ناف تا ۳ هفته نیفتاد ، باید به پزشک مراجعه شود.

- بوی بد ، ترشحات زرد رنگ فراوان ، قرمزی و تورم در پوست اطراف ناف باید توسط پزشک ، ماما و کارکنان مراکز بهداشتی و درمانی بررسی شود.

۲- دفع ادرار نوزاد:

در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک یا پرستار خود اطلاع دهید:

- ♣ در صورتی که نوزاد در ۲۴ ساعت اول ، دفع ادرار نداشته باشد
- ♣ در صورت مشاهده ادرار غبار آجری بعد از روز چهارم تولد بچه (در طی چند روز اول زندگی نوزاد مشاهده این حالت ، طبیعی است)
- ♣ دفع مقدار اندکی ادرار زرد تیره و غلیظ بعد از روز چهارم
- ♣ داشتن کمتر از شش کهنه خیس در روز پس از روز پنجم
- ♣ اگر در ادرار نوزاد خود خون دیدید یا بچه نشانه های دفع ادرار دردناک داشت.

۳- دفع مدفوع:

موارد ذیل نیز نیازمند بررسی توسط پزشک می باشند:

- عدم دفع مدفوع در ۴۸ ساعت اول پس از تولد
- دفع مکونیوم (مدفوع سیاه و قیری شکل) پس از گذشت ۵روز از زندگی
- مدفوع سفید یا بی رنگ (این حالت نادر است، اما نشانگر مشکل خاص کبد یا کیسه صفراى نوزاد است)
- وجود خون در مدفوع نوزاد (نشانگر ترک کوچک در مقعد نوزاد در اثر زور زدن برای دفع بیوست باشد)
- دفع مدفوع سیاه پس از سپری شدن دوره دفع مکونیوم (مدفوع سیاه نوزاد میتواند نشانگر خونریزی در داخل مجاری گوارشی نوزاد باشد).