

نوزاد نارس به نوزادی اطلاق می شود که قبل از 37 هفته کامل متولد شده و این با نوزاد کم وزن که با وزن کمتر از 2500 گرم متولد می شود متفاوت است.

این گروه از نوزادان بعلت نارس بودن اعضای داخلی بدن، مشکلات تنفسی و گوارشی شدیدتری داشته و به همین علت در بخش مراقبت ویژه نوزادان مدتی بستری بوده اند و اکنون پس از ترخیص نیازمند مراقبتهای خاص در منزل اند.

### خودمراقبتی

والدین باید بدانند که بهترین و کاملترین و مناسبترین غذا برای نوزاد نارس شیر مادر خودشان است که گاهی با دستور پزشک به آن غنی سازهای شیر اضافه می گردد.

توصیه می شود فاصله بین دفعات تغذیه بیش از سه ساعت نباشد و در صورت طولانی شدن این زمان، می توان نوزاد را بدون نگرانی از بدخواب شدن بیدار نمود.

پس از تغذیه بایستی نوزادرا به پهلو راست خواباند و هرگز نباید نوزاد را روی شکم و دمر خواباند. استفاده از آب، آب قند، سرشیشه و پستانک ممنوع است و در صورت نیاز به تغذیه مصنوعی باید از فنجانک مخصوص استفاده نمود.

از داروهای خانگی همچون شیرخشت و ترنجبین برای کاهش زردی نوزادان نارس باید جدا اجتناب ورزید.

درجه حرارت اتاق از 25 تا 27 درجه سانتی گراد بایستی حفظ شود و می توان برای گرم نگه داشتن نوزاد نارس از کلاه و جوراب استفاده کرد.

درجه حرارت نوزاد را روزانه دو تا سه بار باید کنترل نمود تا نه در معرض هوای سرد دچار عوارضی همچون وقفه تنفسی قرار گیرد و نه در اثر پوشش زیاد از حد دچار تب و تعریق گردد.

استحمام شیرخوار بهتر است به صورت یک روز در میان و یا هفته ای دوبار انجام گردد و پس از آن می توان بدن را با روغن مخصوص چرب نمود.

رشد و نمو نوزاد نارس به وخامت حال او در زمان بستری بستگی دارد و ممکن است موقع ترخیص وزن نامطلوب داشته باشد. پس از ترخیص و در شرایط عاطفی و مناسب خانواده روزانه 10-15 گرم افزایش وزن خواهد داشت.

اولین معاینه 3 تا 5 روز پس از ترخیص بطور معمول انجام می شود و تا 3 ماهگی هر یک تا دو هفته یکبار تکرار می شود. در 3 تا 6 ماهگی ماهی یکبار، در 6 تا 12 ماهگی هر دو ماه یکبار و در 12 تا 24 ماهگی هر سه ماه یکبار توسط پزشک معالج بایستی معاینات دوره ای صورت گیرد.

توصیه می شود پایش رشد این نوزادان با منحنی های مخصوص نوزادان نارس تا سن 2 سالگی انجام گیرد.

کلیه نوزادان حداکثر طی 3 ماه اول تولد باید از نظر شنوایی بررسی شوند.

تمام نوزادان با وزن کمتر از 1500 گرم و سن حاملگی مادر کمتر از 32 هفته و همچنین وزن تولد نوزاد 1500-2000 گرم با سن حاملگی مادر 32-34 هفته، وقتی که مشکلات بالینی پس از تولد نیز دارند، لازم است توسط یک چشم پزشک ماهر کودکان از نظر رتینوپاتی نارسی معاینه شوند که عمدتاً 4 هفته پس از تولد صورت می گیرد.

نوزادان نارس که وزن کمتر از 1500 گرم دارند و سن حاملگی مادر کمتر از 32 هفته می باشد بایستی حداقل یک نوبت در سن 7-14 روزگی تحت سونوگرافی جمجمه از نظر خونریزی داخل بطنی قرار گیرند و از این نظر پیگیری شوند.



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

کد: KH - NC - HE 16

تاریخ تدوین: 97 / 07

تاریخ آخرین بازنگری: 1400/01

بیمارستان خاتم الانبیا

میانه

عنوان:

مراقبت‌های پس از ترخیص نوزادان نارس



تهیه و تنظیم: پریسا مختاری

سمت: سوپروایزر آموزشی و آموزش سلامت

تحصیلات: ارشد پرستاری

**نکته:** در صورت مشاهده مواردی نظیر اسهال، بیحالی، خوب شیر نخوردن، تب، سرفه های مکرر و جوشهای چرکی هر چه سریعتر به پزشک مراجعه شود.



منابع:

- Richard j Martin & Avroy A Fanaroff. Neonatal Perinatal Medicine. 2015 volume 2.

آدرس : میانه\_ بیمارستان خاتم الانبیا

تلفن : 04152220901-5

واکسیناسیون نوزادان نارس طبق برنامه و با دوز کامل مشابه نوزادان ترم انجام میگیرد فقط یک دوز واکسن هپاتیت B در سن یک ماهگی اضافه تر از سایر نوزادان می گیرند.

واکسیناسیون اضافی همچون انفلوانزا و پنوموکوک بر اساس نظر پزشک معالج با در نظر گرفتن شرایط محیطی صورت می گیرد.

از بوسیدن سر و صورت نوزاد و یا حضور نوزاد در مکان های پر ازدحام باید اجتناب شود.

از قرار گرفتن در معرض هوای آلوده بویژه دود سیگار نیز باید پرهیز گردد.

استفاده از پودر برای سوختگی بین پاها منسوخ شده است و استفاده از قنداق نوزاد را مستعد دررفتگی مفصل لگن می کند و به هیچ وجه توصیه نمی شوند.