



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان شهدای سلامت نیریز

## توصیه های پس از ترخیص نوزادان برای مادران و پدران عزیز

تهیه کننده: مزده همتی

کارشناس پرستاری

تاریخ تهیه: بهار 1400

تاریخ بازنگری: بهار 1404

منبع: کتاب نلسون

تایید کننده: دکتر زهرا سعادت

متخصص اطفال

### مادرو پدرا عزیز:

توجه به نکات زیر می تواند در مراقبت بهتر از نوزادتان به شما کمک کند.

- 1- نوزاد برای رشد جسمی و ذهنی به تغذیه مناسب و پوشش مناسب و آرامش و محبت والدین نیاز دارد.
- 2- بهترین تغذیه برای نوزاد شیر مادر بوده و نوزاد تا پایان شش ماهگی باید فقط از شیر مادر تغذیه شود بدون دستور پزشک از دادن شیر خشک پرهیز کنید.

- 3- در هر وعده شیر دهی تغذیه را از یک پستان شروع کنید تا بطور کامل تخلیه شود و در صورت سیر

نشدن نوزاد میتوان از سینه دیگر هم شیر داد. قسمت انتهایی شیر حاوی مقادیر زیادی چربی می باشد که سبب وزن گیری و خواب عمیق در نوزاد می شود.

4- از پوشش مناسب برای نوزاد استفاده کنید. پوشش کم یا زیاد سبب بی قراری نوزاد میشود. درجه حرارت مناسب نوزاد بین 25 تا 27 درجه ساتی گراد است.

کنید درجه حرارت مناسب برای نوزاد 25 تا 27 درجه سانتی گراد است.

5- دفعات ادرار 6 تا 7 بار در روز و مدفوع حداقل یک بار در 24 ساعت می باشد.

6- مادر جهت شیر دهی موفق نیاز به تغذیه مناسب و استراحت کافی دارد.

وبسایت : neyritzhp.sums.ac.ir  
شماره تماس : ۰۵۳۸۳۰۱۱۰۴  
پورتال : ۰۵۳۸۳۰۱۱۶



با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه می  
توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید.

- 11- مواردی که باید به پزشک مراجعه شود: خوب  
شیر نخوردن- تب- تنفس مشکل تند یا ناله  
دارواسهال واستفراغ وتشنج
- 12- شنوایی سنجی نوزاد باید قبل از سه ماهگی  
انجام شود.
- 13- در صورت داشتن زردی 48 ساعت پس از  
ترخیص حتما آزمایش زردی چک شود و با جواب  
آزمایش به پزشک مراجعه کنید.
- 14- بهتر است مادر روزانه دوش بگیرد و لباسهای  
خود را تعویض کند.
- 15- از والدین محترم تقاضا میشود بعد از ترخیص  
بلافاصله جهت تشکیل پرونده بهداشتی  
وواکسیناسیون نوزاد اقدام کنید.

- 7- از روز سوم بعد از تولد میتوانید نوزاد خود را  
حمام کنید. در سه هفته اول تولد هفته ای دوبار  
حمام کافی است بعد از یک ماهگی حمام روزانه  
اشکالی ندارد.
- 8- مواردی که نیاز است به پزشک مراجعه  
شود: خوب شیر نخوردن- تب- تنفس مشکل یاتند یا  
ناله دار- اسهال واستفراغ وتشنج
- 9- قطره مولتی ویتامین و آ+د را از روز 15 تولد به  
میزان 25 قطره در روز شروع کنید می توان این  
میزان را در چند وعده تقسیم کرد.
- 10- از دادن داروهای خانگی وجوشانده به نوزاد  
خودداری فرمایید.