

مادرگرامی قدم نو رسیده مبارک :

این برگه آموزشی جهت آشنایی شما تنظیم دما بدن نوزاد و مراقبت از فرزند دلبندتان در منزل می باشد.

سوالات رایج مادر :

دما طبیعی در نوزاد چقدر هست ؟

دما طبیعی بدن نوزاد ۳۶,۵ تا ۳۷ درجه می باشد اگر دما بدن کمتر از ۳۶,۵ باشد یعنی نوزاد سرد شده و اگر بیشتر از ۳۷ باشد یعنی نوزاد گرم شده است

بیشترین حسایت به سرما در بدو تولد نوزاد است به همین دلیل بعد تولد باید نوزاد خشک شود و جهت انتقال گرما به بدن مادر در تماس باشد زیرا نوزاد تازه متولد شده نسبت سطح بدن به وزن نسبت به بزرگسالان بیشتر است و چون خیس است اتلاف گرما بیشتری دارند در نوزاد لایه محافظ چربی زیر جلدی کمتر است

علائم و عوارض سرد شدن نوزاد چیست :

- بی حالی نوزاد و کبود شدن پوست نوزاد
- گریه ضعیف و افت ضربان قلب و تنفس ضعیف
- مک زدن ضعیف و افت قند خون

بدترین عارضه در صورت عدم درمان ، خونریزی ریوی نوزاد و مرگ نوزاد می باشد

افزایش دما نیز به علت خوب شیر نخوردن و کم آبی و عفونت و لباس پوشاندن زیاد نوزاد انجام می شود .

به چه طریق نوزاد گرما بدن خود را از

دست میدهد :

- تبخیر : خیس بودن پوست نوزاد
- هدایت تماس با سطح سرد
- تابش : در معرض قرار گرفتن هوای سرد

مراقبت های پرستاری:

- ۱- خشک کردن نوزاد بعد از تولد
- ۲- پوشاندن نوزاد بلافاصله بعد از تولد
- ۳- کنترل دمای نوزاد هر ۳۰ دقیقه
- ۴- تنظیم دمای محیط

نکته : هم افزایش دما هم کاهش دما ممکن است نشانه عفونت نوزاد باشد



روش سنجش دما در منزل :

با دما سنج جیوه ای بعد از پایین آوردن جیوه زیر ۳۵ قسمت جیوه ای را زیر بغل نوزادتان و بازو نوزادتان را به پهلوی نگه دارید و بعد ۵ دقیقه دما خوانده شود دماسنج دیجیتالی نیز به همین طریق به مدت ۵ دقیقه زیر بغل

نکته: دماسنج دیجیتالی دما را با دقت مناسبتر نشان می دهد

اندازه گیری دما به هیچ عنوان از مقعد نوزاد انجام نشود

مراقبت از نوزاد توسط مادر :

برای کنترل دما نوزاد باید به مادر آموزش پوشاندن لباس ،طریقه کنترل دما بدن و محیط و حمام کردن نوزاد به مادر آموزش داده شود





آموزش به بیمار

تنظیم دما بدن در

نوزادی



بیمارستان خاتم الانبیاء تایباد

واحد آموزش به بیمار (پاییز ۱۴۰۰)

نکات قابل توجه جهت آگاهی مادران :

- در صورت کاهش دمای بدن نوزاد ابتدا اندام ها نوزاد سرد می شود
- در صورت تب کردن نوزاد برای نوزاد زیر یک ماه پاشویه همراه قطره استامینوفن خوراکی استفاده شود زیرا پاشویه به تهایی باعث لرز نوزاد و افزایش تب می شود
- برای استحمام ابتدا سر و صورت نوزاد و سپس تنه و نوزاد شسته شود و بعد از اتمام نوزاد را داخل حوله کلاه دار و خوب خشک شود



منبع: <http://medlineplus.gov>

آدرس کلینیک سلامت: طبقه پایین ساختمان اداری
بیمارستان تلفن: ۰۲۳۹۹۰۵۴۵ داخلی ۲۴۵

پوشاندن لباس :

بعد تولد حتما نوزاد را لباس بپوشانید لباس نوزاد باید نخی باشد و شامل زیرپوش بلوز ، پوشک ، شلوار ، کلاه و پتو باشد

پوشیدن نوزاد مناسب فصل باشد در فصل گرم پوشیدن یک تی شرت و پوشک و یک پتو روی نوزاد کافی است در فصل سرد یک لباس ضخیم تر اضافه کنید دو تا پتو روی نوزاد قرار دهید و کلاه حتما پوشانده شود

لباس پوشانده باید طوری باشد که شما در هر دما با لباس مناسب قرار دارید یک لباس اضافه تر تن نوزاد خود کنید

دما محیط نوزاد را ۲۵ تا ۲۸ درجه نگه دارید و نوزاد را در معرض باد کولر و سرما و نزدیک بخاری قرار ندهید

حمام کردن نوزاد :

در صورت استحمام ضروری نوزاد در ۲۴ ساعت اول تولد به دلیل خطر کاهش دما استحمام باید با دقت انجام شود و دمای محیط بالای ۲۵ باشد