

راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین ترخیص

آسفیکسی

❖ تغذیه

✓ پس از توانایی نوزاد در هضم شیر و عدم استفراغ آن، نوزاد ترخیص می گردد.

✓ ممکن است نوزاد هنگام مکیدن و بلعیدن دچار وقفه تنفسی شود. پرستار به شماشویه بررسی رنگ پوست و تنفس نوزاد و شیوه صحیح تغذیه به وی را آموزش می دهد تا تنفس های نوزاد به طور ثابت حفظ شود.

❖ مراقبت

✓ درجه حرارت بدن نوزاد را تا حد امکان ثابت نگه دارید.

✓ در هنگام تعویض لباس و حمام دادن از سرد شدن نوزاد جلوگیری کنید. اگر نوزاد سرد شد باید فوراً او را گرم کنید. تغییرات سریع درجه هوا می تواند باعث وقفه تنفسی گذرای نوزاد شود.

✓ قبل از تماس با نوزاد حتماً دست های خود را بشویید و در صورتی که فرد دیگری از نوزاد مراقبت می کند این موضوع را به او گوشزد کنید.

✓ در صورتی که دچار سرما خوردگی هستید از ماسک استفاده کنید و یا در صورت امکان از کودک خود فاصله بگیرید.

✓ از تماس افراد مبتلا به بیماری های عفونی و سرما خورده با نوزاد خود خودداری کنید.

✓ مواظب باشید که نوزاد در معرض افراد سیگاری قرار نگیرد. اگر شما یا فرد دیگری در منزل سیگار میکشد زمان آن رسیده است تا مصرف سیگار را قطع کنید.

✓ اجازه دهید نوزادتان خواب آرامی داشته باشد و در بین خواب او را بیدار نکنید.

✓ توجه کنید وضعیت نوزاد به صورتی باشد که سر و گردن نوزاد در یک خط مستقیم قرار بگیرد. این وضعیت از پیچ خوردن راه هوایی جلوگیری می کند. حفظ وضعیت مناسب راه هوایی در هنگام تغذیه، خواب و نوازش نوزاد خیلی مهم است.

✓ برای خواب نوزاد از تخت بچه استفاده کنید و از تخت بزرگسالان و مبل های فتری استفاده نکنید.

✓ از صندلی مخصوص ماشین فقط در ماشین استفاده کنید و برای خوابیدن نوزاد در طول شب و خواب نیمروزی استفاده نکنید.

✓ هنگام خواب اسباب بازی ها و بالش ها را از داخل تخت بردارید تا باعث خفگی نوزاد نشوند.

✓ هرگز نوزاد را خیلی شدید تکان ندهید.

♦ زمان مراجعه بعدی

✓ چند روز بعد از ترخیص حتماً به پزشک متخصص نوزادان جهت پیگیری درمان مراجعه کنید.

✓ در صورت افزایش تعداد تنفس به همراه تو کشیده شدن قفسه سینه در زمان بازدم و کبودی اندام ها به پزشک مراجعه کنید.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل پور کرمان. بهار 1403

034 31328143