

به نوزادی نارس گفته می شود که قبل از هفته ۳۷ بارداری متولد شود. علل مختلفی برای نارس شدن نوزاد وجود دارد.

علت تولد نوزاد نارس اغلب نامعلوم است. با این حال تولد نوزاد نارس در میان زنان کم سن و زنان میانسال بیشتر است. همچنین تولد نوزاد نارس در بین زنان با وضعیت اقتصادی پایین و کم درآمد بیشتر است. همچنین در زنانی که مراقبت کافی در طول بارداری نداشته اند و جنینهای چند قلو و زنانی که تغذیه نامناسب در بارداری داشته اند احتمال بدنیا آمدن نوزاد نارس زیاد می باشد. در زنانی که در طول بارداری به عفونت واژن و عفونت دستگاه ادراری و بیماریهای مقاربتی مبتلا می شوند احتمال بدنیا آمدن نوزاد نارس بالا می رود.

بهترین راه پیشگیری از تولد نوزاد نارس مراقبت از مادر و حفظ سلامت او می باشد. مادر باردار باید رژیم غذایی مناسب داشته باشد. از مصرف مواد مخدر و الکل و دخانیات خودداری کند. اگر درد زایمان در خانم باردار زودتر از موعد مقرر فرا رسید باید سریعاً به پزشک خود اطلاع دهد و در صورت صلاحدید پزشک زایمان را با متوقف کردن دردهای زایمان به تعویق بیندازد.

هیچ مادری انتظار ندارد نوزاد نارس بدنیا آورد اما والدین باید بدانند که به محض تولد نوزاد نارس چه کارهایی

انجام دهند. نوزاد نارس پس از تولد در بخش مراقبتهای ویژه نوزادان (NICU) بستری می شود. کارهایی که برای مراقبت کافی از نوزاد نارس باید انجام داد شامل موارد زیر است:

**گرم کردن نوزاد:** بسیاری از نوزادان نارس فاقد چربی زیر پوست به مقدار کافی می باشند در نتیجه نمی توانند گرما را در بدن خود نگهدارند، به همین دلیل در بخش مراقبتهای ویژه در تختهای مجهز به گرم کننده تابشی و یا در تختهای مخصوصی که انکوباتور (Incubator) نامیده می شود قرار می گیرند تا گرمای بدنشان تامین شود.

**کم خونی:** بسیاری از نوزادان نارس با کمبود گلبولهای قرمز خون روبرو هستند. این کمبود نیز در بخش NICU درمان می شود.

**فشار خون:** عوامل متعددی از جمله عفونتها با تاثیر بر میزان پلاکتها سبب از دست دادن خون در نوزاد نارس می شود، که در نتیجه آن فشار خون نوزاد پایین می آید. ممکن است نوزاد به تزریق خون یا دریافت مایعات نیاز داشته باشد.

**نیازهای تغذیه ای:** بهترین نوع شیر برای نوزاد نارس، شیر مادر است، زیرا این نوزادان به دلیل نارس بودن بیشتر در معرض انواع عفونتها می باشند و شیر مادر دلیل داشتن پروتئینهای ویژه نوزاد را از خطر عفونت

حفظ می کند و امکان رشد بهتر را فراهم می کند. علاوه بر آن به دلیل مشکلات تنفسی و عدم تکامل توانایی بلع در نوزادان نارس سوند معده ای از طریق بینی یا دهان در معده این نوزادان جاگذاری می شود تا امکان تغذیه این نوزادان فراهم شود.

**مشکل زجر تنفسی در نوزاد نارس:** بسیاری از نوزادان نارس بدلیل عدم رشد کافی ریه ها و ضعف عضلات تنفسی در اثر زایمان زودرس در تنفس دچار مشکل هستند. این نوزادان در بخش NICU از نظر تنفس هم مورد بررسی و درمان قرار می گیرند. زجر تنفسی در این نوزادان به صورت تنفس همراه با ناله، تنفسهای تند و کبودی پوست ناشی از کمبود اکسیژن ظاهر می یابد و در نهایت بدلیل خستگی عضلات تنفسی نوزاد دچار قطع تنفس می شود. کنترل وضعیت تنفسی این نوزادان از مهمترین اقدامات مراقبتی در بخش NICU می باشد. **طی مدتی که نوزاد شما در بخش NICU بستری می باشد تماس و ارتباط عاطفی خود را با او قطع نکنید.**

- نوزادان نارس نیاز به بستری و مراقبت طولانی در بخش NICU دارند تا شرایط عمومی شان به وضعیت مناسب و پایدار برسد.
- بیشتر نوزادان در طی ۳-۴ روز بعد از تولد روند بهبودی پیدا می کنند ولی ممکن است مشکلات



مرکز آموزشی درمانی الزهرا(س)

راهنمای آموزش والدین

**نوزاد نارس**



گروه هدف: والدین با نوزاد بستری

تهیه و تنظیم: مرضیه سامی سوپروایزر آموزشی

بازنگری: حمیده نیک زاد مسئول آموزش به بیمار

NICU2

۱۳۹۷

آخرین بازنگری: پاییز ۱۴۰۳

- پیگیری به موقع مشاوره های چشم، معاینات گوش، آزمایشات تیروئید...
- تجویز به موقع آهن و ویتامینها و مواد تکمیلی و تکمیل واکسیناسیون
- در طی مدتی که نوزاد شما تغذیه نمی شود یا مقدار شیر مصرفی کم است می توانید شیر اضافه خود را دوشیده و برای مصرف بعدی ذخیره نمایید.
- همکاری و حوصله والدین خصوصا مادر در روند بهبودی نوزاد تاثیر گذار خواهد بود.

منبع: - نلسون نوزادان-۲۰۱۶

برنامه کشوری مراقبت تکاملی نوزادان در بیمارستان ۱۳۹۷

شماره بیمارستان : ۰۴۱۳۵۵۳۹۱۶۱

داخلی NICU1 : ۲۲۲

داخلی NICU 2 : ۵۰۰

داخلی نوزادان : ۲۳۵

آموزش و مشاوره شیردهی همه روزه به غیر از ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۴ در کلینیک

مشاوره شیردهی داخلی ۴۷۳

مکان : ساختمان شماره ۲ طبقه همکف

مطالب آموزش به بیمار و سامانه پاسخگوئی

به سوالات در منوی آموزش به بیمار به

آدرس زیر:

<https://alzahrahosp.tbzmed.ac.ir>

دیگری مانند مشکلاتش قلبی و خونریزی مغزی نیز بدلیل نارسایی

ریه ها بروز کند.

- نوزاد نارس تا رسیدن به وضعیت مطلوب تغذیه ای و ترخیص نیاز به زمان و اقدامات درمانی متعدد دارد.
- برای بهبود وضعیت تنفسی و درمان زجر تنفسی در اغلب نوزادان نارس نیاز به اکسیژن تراپی است و در صورت صلاحدید پزشک متخصص نوزادان نیاز به تزریق دارویی در داخل ریه ها می باشند. این داروها جزء داروهای گران قیمت و با ارزش می باشند. در اغلب موارد دستگاه کمک تنفسی نیز جهت بهبود تنفس نوزاد نارس استفاده می شود.
- انجام مراقبت کانگورویی (KMC) توسط مادر در صورتی که شرایط نوزاد اجازه دهد در بهبود هر چه سریعتر نوزاد کمک کننده خواهد بود.
- نوزادان نارس درخانه نیز محتاج مراقبت خاصی هستند از جمله جلوگیری از گرما و سرمای بیش از حد.
- عدم تجویز خودسرانه هر نوع دارو به نوزاد نارس
- سیگار نکشیدن والدین یا مراقبین در نزد نوزاد
- معاینات دوره‌ای و تکمیلی طبق توصیه کادر درمان و متخصص نوزادان