

عملکرد و ظاهر نوزادان تازه متولد شده در مقایسه با کودکان بزرگتر متفاوت است، زیرا آن‌ها خود را با محیط خارج از رحم سازگار می‌کنند.

### تنفس عادی نوزاد چگونه است؟

نوزاد ممکن است پشت سرهم و پی در پی نفس بکشدگاهی ممکن است تنفس او سطحی و تند باشد و گاهی عمیق و آهسته به‌نظر آید و تنفس او نامنظم باشد.

### علائم خطر برای مراجعه به پزشک چیست؟

هنگام نفس کشیدن بیش از چند دقیقه پره‌های بینی نوزادان بطور مداوم پهن شده و تکان می‌خورد.

پرش پره‌های بینی با هر تنفس صدای خس‌خس در می‌آورد و بیش از چند دقیقه طول می‌کشد.

با هر تنفس پوست اطراف دنده‌ها یا زیر گلویش بشدت به داخل کشیده می‌شود. تنفس او برای بیش از ۱۰ ثانیه متوقف می‌شود.

### رنگ طبیعی نوزاد چگونه است؟

ممکن است رنگ پا و دست نوزادان در ۲۴ ساعت اول کبود یا ارغوانی باشد. هنگام سرما یا گریه کردن رنگ او قرمز شود. ممکن است ۲۴ ساعت بعد از تولد زردی خفیف (صورت زرد) داشته باشد.

### علائم خطر برای مراجعه به پزشک چیست؟

اگر پوست صورت یا قفسه سینه او کبود یا خاکستری یا زرد رنگ شود،

### حد دمای عادی بدن نوزاد چیست؟

دمای زیر بغل ۳۶،۵ تا ۳۷،۵ درجه سانتیگراد  
\* لباس نوزاد باید یک لایه بیشتر از لباسی باشد که خود شما هنگام پوشیدن آن احساس راحتی می‌کنید.  
\* تماس پوست شما با پوست نوزادان، تماس بدن برهنه او

با سینه یا شکم شما یا پوشاندن او با پتوی سبک در تنظیم دمای بدنش کمک خواهد کرد.

\* به جای لمس کردن دست یا پای نوزاد با لمس سینه یا پشت گردن او بهتر و دقیق‌تر به درجه حرارت بدن او پی می‌برید.

\* خنک بودن دست و پای یک نوزاد در چند روز اول طبیعی است.

\* بهترین محل اندازه‌گیری دمای بدن نوزاد زیر بغل او است.  
\* دماسنج‌های گوشی برای نوزادان دقیق نیست و توصیه نمی‌شود.

### علائم خطر برای مراجعه به پزشک چیست؟

• دمای بدن نوزاد بیش از ۳۸ درجه سانتیگراد باشد.

• اگر دمای بدن نوزاد بیش از ۳۷،۵ درجه سانتیگراد است؛ یک لایه از لباس او را در بیاورید و دمای بدن او را بعد از ۳۰ دقیقه دوباره امتحان کنید. اگر با وجود انجام اقدامات فوق هنوز دمای بدن نوزاد شما بیش از ۳۷،۵ درجه سانتیگراد باشد به پزشک مراجعه کنید.

• اگر نوزاد شما سرد به نظر می‌آید و دمای بدنش کمتر از ۳۶،۵ درجه سانتیگراد است، تماس پوستی با او برقرار کنید و خودتان و او را با یک پتو بیوشانید. دمای بدن او را بعد از ۳۰ دقیقه دوباره امتحان کنید. اگر با وجود انجام اقدامات فوق هنوز دمای بدن نوزاد شما کمتر از ۳۶،۵ درجه سانتیگراد است به پزشک مراجعه کنید.

### تغذیه‌ی طبیعی نوزاد چگونه است؟

• نوزاد ۲۴ ساعت بعد از تولد، هر دو تا چهار ساعت یک بار، یعنی هشت تا ۱۲ بار در روز شیر می‌خورد.

- هر وعده برای حداقل ۲۰ دقیقه شیر می‌خورد، مدت طولانی‌تر از این نیز بسیار عادی است.
- نوزاد هنگام سیرشدن خود را معمولاً از سینه مادر جدا می‌کند.
- ممکن است نوزاد شما پشت سرهم چندین بار شیر بخورد و بعد به مدت طولانی‌تری بدون شیر خوردن بسر ببرد.
- ممکن است مقدار کمی شیر بعد از شیر خوردن بالا بیاورد، معمولاً از دهانش بیرون می‌آید و به‌صورت قطره قطره از چانه‌اش جاری می‌شود.

### رفتار طبیعی نوزاد چگونه است؟

نوزاد در روزها و هفته‌های اول در حالت‌های مختلف از جمله خواب عمیق، خواب سبک، نیمه خواب، هوشیار آرام، هوشیار فعال و گریان بسر خواهد برد.  
نوزادان حدود ۱۶ ساعت در روز می‌خوابند، برنامه خوابیدن آن‌ها غیر قابل پیش بینی خواهد بود، اگر به مدت طولانی به خواب می‌رود، برای شیر دادن او را بیدار کنید.  
اگر نوزاد شما بار اول بیدار نمی‌شود نیم ساعت بعد دوباره او را با در آوردن لباس، تعویض پوشک یا حرف زدن با نوزاد بیدار کنید.  
اگر نوزاد شما به‌طور غیر عادی خواب‌آلود به‌نظر می‌رسد و یا بعد از بیدار شدن نسبت به شیر خوردن بی‌اعتنا است، دوباره بعد از ۳۰ دقیقه امتحان کنید و یا صورت او را با پارچه خنک پاک کنید تا بیدار شود.

### علائم خطر برای مراجعه به پزشک چیست؟

اگر مدت طولانی نوزاد شما به‌طور غیرعادی خواب‌آلود به‌نظر رسید و یا بعد از بیدار شدن نسبت به شیر خوردن بی‌اعتنا بود.

### دفع طبیعی نوزاد چگونه است؟

- روز اول = یک پوشک خیس در شبانه‌روز
- روز دوم = دو پوشک خیس در شبانه‌روز



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

علائم هشدار و خطر نوزاد که پس از ترخیص باید به آن توجه کنید.



گروه هدف: مادران باردار و مادرانی که فرزند شیرخوار دارند

بیمارستان امام حسن مجتبی (ع) فومن  
بخش زایمان  
مریم صفرزاده (کارشناس ماما یی)  
تیر ۱۴۰۱

- نمی‌توانید برای شیر دادن او را بیدار کنید.
  - دمای زیر بغل نوزادتان بیش از ۳۷٫۵ درجه یا کمتر از ۳۶٫۵ درجه سانتیگراد است و در این زمان لباس او زیاد یا کم نیست.
  - به تندی یعنی در هر دقیقه بیش از ۶۰ بار نفس می‌کشد و این حالت بیش از ۱۰ دقیقه به طول می‌انجامد.
  - گریه نمی‌کند، فعالیت از خود نشان نمی‌دهد در حالی که لباس زیادی به تن ندارد.
  - بسیار تندخو و بدخلق است. در تمام اوقات با صدای بلند و جیغ مانند گریه می‌کند.
  - تقریباً سست و بی‌حال است و هنگام بیداری هیچ واکنشی از خود نشان نمی‌دهد.
  - پی‌درپی و جهنده بسیار شدیدتر از بالا آوردن شیر استفراغ می‌کند.
  - حتی بعد از روز سوم، رنگ گرد آجری را در پوشک او مشاهده می‌کنید.
  - در طول ۲۴ ساعت، هیچ پوشک خیزی نداشته است.
  - به هر دلیل دیگری درباره او نگران هستید.
- منابع:

Ministry of Health and Long-Term Care  
Association of Ontario Midwives 2014  
[//www.ontariomidwives.ca/2017](http://www.ontariomidwives.ca/2017)

برای اطلاعات بیشتر و یا در صورت داشتن سوال با بخش زایمان بیمارستان امام حسن مجتبی (ع) فومن به شماره‌های زیر تماس بگیرید:

۰۱۳-۳۱۷۳۷۰۹۶

۰۱۳-۳۱۷۳۷۰۹۷

یا به سایت بیمارستان به نشانی زیر مراجعه فرمایید:

<https://foumanh.gums.ac.ir/>

- روز سوم = سه پوشک خیس در شبانه‌روز
- رنگ مدفوع نوزاد شما در دو سه روز اول، سیاه متمایل به سبز خواهد بود، تا زمانی که شیر مادر از حالت آغوز به شیر رسیده تغییر می‌کند
- نوزاد بعد از تغذیه با شیر رسیده (بین روز سوم و پنجم) شش تا هشت پوشک خیس در روز و دو بار یا بیشتر مدفوع آبکی به رنگ زرد، سبز یا قهوه‌ای خواهد داشت
- مدفوع به شکل "دانه دانه" نیز طبیعی است.
- گاهی نوزادان در روزهای اول چیزی شبیه به «گرد آجری» لکه متمایل به صورتی یا نارنجی رنگ در پوشک خود به جا می‌گذارند این لکه‌ها طبیعی هستند.
- نوزادان دختر ممکن است مقدار کمی ترشح خون آلود از مهبل (واژن) خود داشته باشند که نشانه واکنش هورمون‌های مادر بوده و طبیعی است.

### حالت طبیعی بدن نوزاد چگونه است؟

- نباید روی بازوهای شما حالت سستی و بی‌حالی نشان دهد. 😊
- باید دست و پای خود را به‌طور قوی و محکم خم و راست کند و حرکت دهد.

### بند ناف طبیعی چگونه است؟

- بند ناف هر زمانی در ۱۴ روز اول شروع به افتادن می‌کند، ممکن است چسبناک و نیمه آبگون به‌نظر آید و کمی خون یا ترشح در پوشک یا لباس او مشاهده شود. بوی زننده بند ناف نوزاد، طبیعی است. 😊

### علائم خطر برای مراجعه به پزشک چیست؟

- اگر پوست دور قاعده بند ناف روی شکم نوزاد قرمز و عفونی به‌نظر آید، این امر عادی نیست و باید مراجعه کنید. 😞
- اگر با علائم خطر زیر مواجه شدید به پزشک مراجعه نمایید:
- نوزاد شیر نمی‌خورد، کسل و افسرده است و شما