



جنین در داخل رحم به مدت ۳۷ تا ۴۰ هفته رشد می کند و هر نوزادی که قبل از پایان هفته ۳۷ از آخرین قاعدگی مادر متولد شود به عنوان نوزاد نارس خوانده می شود و هرچه نوزاد سن حاملگی کمتری داشته باشد احتمال بروز مشکلات پس از تولد برای او بیشتر است. نارسی نوزادان یکی از شایعترین علت مرگ و میر هنگام تولد است.

### شایعترین علل تولد نوزاد نارس:

- مشکلات جفت
- عفونت در مادر (اداری-تناسلی ، دهان و دندان و .....)
- بارداری دوقلو و بیشتر
- مشکلات رحم و گردن رحم
- مصرف الکل و داروهای روان گردان
- شیوه زندگی مدرن ، اشتغال ، استرس ، بیماری

### مشکلات اولیه و احتمالی نوزادان نارس:

- ریه های نارس و مشکلات تنفسی
- نیاز به استفاده از دستگاه تنفس مصنوعی
- مصرف دارو حتی بعد از ترخیص
- ناتوانی در تنظیم دمای بدن و نیاز به قرار دادن نوزاد در دستگاه گرم کننده مخصوص
- ناتوانی در شیرخوردن از پستان مادر و لزوم شیردهی با سرنگ و روشهای کمکی دیگر
- احتمال تشنج نوزادی
- احتمال عفونت خون یا ادرار و در نتیجه بدحالی نوزاد
- بازماندن مجرای شریانی قلب و نیاز به عمل جراحی

- امکان زردی نوزاد حتی بعد از ترخیص
- سیستم ایمنی ضعیف و احتمال عفونت بعد از ترخیص
- مشکلات بینایی و شنوایی
- تاخیرات تکاملی و ناتوانی در یادگیری

### نحوه برخورد با مشکلات شایع نوزادان نارس در منزل:

با توجه به اینکه نوزادان نارس در بیمارستان تحت مراقبت های ویژه قرار می گیرند مادران از نظر نحوه مراقبت از نوزاد در طول مدت بستری نوزاد در بیمارستان آرامش خاطر دارند ولی بعد از ترخیص دچار نگرانی می شوند لذا در این قسمت به مهمترین اصول مراقبتی این نوزادان اشاره می کنیم.

۱- برای پیشگیری از التهاب محل پوشک بایستی تا حد امکان محل پوشک را باز گذاشته تا هوا بخورد و به محض خیس شدن پوشک تعویض گردد. از پماد اکسید روی برای کاهش التهاب استفاده شود. در صورت عدم بهبودی بعد از چندروز احتمال عفونت قارچی مطرح می شود که بایستی حتما به پزشک مراجعه کنید.

**نکته مهم:** از پودر بچه برای نوزاد نارس استفاده نکنید چون ریه این نوزادان به این ماده حساس می باشد و موجب بروز مشکل تنفسی در نوزاد می شود



۲- در صورت مشاهده جوش های چرکی در ناحیه زیر بغل، کشاله ران و اطراف ناف حتما به پزشک مراجعه نمایید چون احتمال عفونت پوست مطرح می باشد

۳- در صورت بروز برفک سفید در لب و دهان نوزاد برای درمان به پزشک مراجعه نمایید

۴- با توجه به اینکه نوزادان نارس بسیار ساده تر از نوزادان رسیده بیمار می شوند تا حد امکان از رفت و آمد زیاد به اتاق نوزاد پرهیز شود

۵- بهترین درجه حرارت برای اتاق نوزاد ۲۵ تا ۲۶ درجه سانتی گراد می باشد. از قرار دادن نوزاد در کنار بخاری، شوفاژ، جریان باد کولر و پنکه و یا تابش مستقیم آفتاب پرهیز شود



۶- توجه به درجه حرارت بدن نوزاد و کنترل روزانه آن : درجه حرارت مناسب بدن نوزاد ۳۶ تا ۳۶/۵ درجه سانتی گراد است.

۷- در صورت خواب بودن نوزاد بیشتر از ۳ تا ۴ ساعت احتمال کاهش قندخون وجود دارد لذا بهتر است شیردهی به این نوزادان هر ۲/۵ ساعت انجام شود

۸- خیس بودن کهنه حداقل ۶ بار در شبانه روز و وزن گیری هفته ای ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم معیار وزن گیری مناسب است.

۹- مادرانی که شیر کافی ندارند باید از شیرخشک های مخصوص نوزادان نارس استفاده نمایند بنابر این جهت شروع تغذیه با شیرخشک حتما با پزشک مشورت کنید.

۱۰- در هر زمانی بعد از ترخیص اگر نوزاد بدحال شد سریعاً به نزدیکترین بیمارستان یا متخصص اطفال مراجعه نمایید. علائم بدحالی: تب، شیرنخوردن، مکیدن ضعیف، زردی و بی حالی، استفراغ مکرر، تشنج و .....



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

خراسان شمالی

شبکه بهداشت و درمان شهرستان فاروج

مرکز بهداشت شهرستان



مراقبت از  
نوزاد نارس

گروه هدف : مادران باردار

تهیه کننده : سمیرا ایزدی

اردیبهشت ۹۸

نکته آخر و مهم اینکه : با توجه به اینکه مشکلات بینایی در نوزادان نارس از اهمیت ویژه ای برخوردار است و در صورت عدم پیگیری والدین ممکن است منجر به کوری نوزاد شود انجام معاینات غربالگری و تشخیص به موقع آن را جدی بگیرید.

همه نوزادان با سن حاملگی کمتر از ۳۴ هفته و یا وزن کمتر از ۲۰۰۰ گرم بایستی حتما از نظر رتینوپاتی نرسی (یک نوع مشکل چشمی در نوزادان نارس که در صورت عدم پیگیری و معاینه ممکن است منجر به کوری شود) معاینه شوند.

### جدول زمان اولین معاینه چشم در نوزادان نارس بر اساس سن حاملگی هنگام تولد

سن حاملگی در زمان تولد ( هفته )	زمان اولین معاینه پس از تولد هفته /روز
۲۲	۹ هفته پس از تولد یا ۶۳ روزگی
۲۳	۸ هفته پس از تولد یا ۵۶ روزگی
۲۴	۷ هفته پس از تولد یا ۴۹ روزگی
۲۵	۶ هفته پس از تولد یا ۴۲ روزگی
۲۶	۵ هفته پس از تولد یا ۳۵ روزگی
۲۷ و بیشتر	۴ هفته پس از تولد یا ۲۸ روزگی

#### منابع :

- دستورالعمل رتینوپاتی نرسی نوزاد ارسالی از وزارت بهداشت
- مجموعه آموزشی مراقبت و نگهداری از نوزادان نارس اداره سلامت نوزادان وزارت بهداشت

۱۱- پیگیری معاینات دوره ای نوزاد نارس توسط متخصص اطفال طبق برنامه زمانی که هنگام ترخیص به مادر داده شده است انجام شود.

۱۲- با توجه به اینکه تمامی نوزادان نارس در معرض مشکلات شنوایی هستند بایستی پیگیری لازم توسط والدین جهت ارزیابی شنوایی نوزاد انجام شود.



۱۳- با توجه به اینکه این نوزادان معمولا در ۱ تا ۳ ماهگی دچار کم خونی می شوند در صورت تجویز مکمل توسط پزشک، مکمل ها حتما استفاده شوند

۱۴- جهت بررسی دررفتگی مفصل لگن در نوزادان نارس، در صورت صلاحدید پزشک بایستی حدود یک ماهگی سونوگرافی از مفاصل لگن انجام شود

۱۵- با توجه به شیوع نرمی استخوان در نوزادانی که مدت طولانی بستری بوده اند استفاده از مکمل آ.د.ا از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

