

حفظ و امنیت نوزاد

نوزادان به دلیل آسیب‌پذیری بالا نیاز به مراقبت و توجه ویژه دارند. یکی از مهم‌ترین مسئولیت‌های والدین، حفاظت از سلامت و ایمنی نوزاد در برابر خطرات مختلف است. این پمفلت به شما کمک می‌کند تا با نکات و راهکارهای اساسی برای حفظ و امنیت نوزاد خود آشنا شوید.

مراقبت از خواب نوزاد:

خواب مناسب و امن یکی از مهم‌ترین جنبه‌های رشد نوزاد است

خواهید به پشت: برای جلوگیری از خطر سندرم مرگ همیشه نوزاد خود را روی پشت (SIDS) ناگهانی نوزاد بخوابانید

استفاده از تخت خواب ایمن: تخت نوزاد باید از تشک محکم و صاف تشکیل شده باشد. از قرار دادن بالش، پتو یا اسباب‌بازی‌های نرم در تخت نوزاد خودداری کنید

دما مناسب اتاق: دمای اتاق نوزاد نباید خیلی گرم باشد. استفاده از لباس‌های سبک و مناسب دمای اتاق به حفظ دمای بدن نوزاد کمک می‌کند

مراقبت از نوزاد در هنگام حمل و نقل :

استفاده از صندلی کودک مناسب: هنگام حمل نوزاد در خودرو، از صندلی‌های ایمنی مخصوص نوزاد استفاده کنید. صندلی باید مطابق با وزن و سن نوزاد باشد

عدم استفاده از صندلی‌های جلویی خودرو: هیچ‌گاه نوزاد را در صندلی جلو خودرو قرار ندهید، به خصوص اگر خودرو مجهز به کیسه هوا باشد

امنیت نوزاد در خانه:

محافظت از لبه‌های تیز و اجسام خطرناک: اطمینان حاصل کنید که لبه‌های تیز مبلمان، پله‌ها و وسایل منزل با محافظ‌های نرم پوشانده شده‌اند. همچنین اجسام کوچکی که ممکن است نوزاد آن‌ها را بلعد، از دسترس خارج کنید

استفاده از درب‌های محافظ: درب‌های محافظ در جاهایی مانند آشپزخانه، حمام و پله‌ها می‌توانند از ورود نوزاد به مناطق خطرناک جلوگیری کنند

جلوگیری از سقوط: نوزاد خود را هرگز روی سطوح بلند یا تخت‌هایی که نرده ندارند، بدون نظارت نگذارید

بهداشت و نظافت نوزاد:

استحمام نوزاد: در اولین ماه‌های زندگی، بهتر است نوزاد را در وان یا ظرف مخصوص استحمام نوزاد با آب ولرم شستشو دهید. از شامپوها و صابون‌های غیر حساسیت‌زا استفاده کنید

حفظ بهداشت دست‌ها: قبل از تغذیه نوزاد، تعویض پوشک یا دست زدن به هر چیزی که نوزاد با آن تماس پیدا می‌کند، حتماً دست‌های خود را بشویید

مراقبت از ناف نوزاد: تا زمانی که بند ناف نوزاد کامل نیفتاده است، آن ناحیه را خشک و تمیز نگه دارید و از پوشاندن آن با پوشک یا لباس مرطوب خودداری کنید

ایمنی هنگام تغذیه:

شیردهی صحیح: هنگام شیر دادن به نوزاد، مراقب باشید که نوزاد به درستی سینه را گرفته باشد تا از گاز گرفتگی یا مشکلات دیگر جلوگیری شود. در صورت شیر خشک دادن، همیشه از شیشه‌های تمیز و سرشیشه‌های استاندارد استفاده کنید

نظارت بر نوزاد هنگام تغذیه: هیچ‌گاه نوزاد را بدون نظارت در حالی که شیشه شیر در دست دارد، رها نکنید

نگهداری شیر خشک: شیر خشک باید در دمای مناسب نگهداری و در مدت زمان تعیین‌شده مصرف شود تا از آلودگی و فساد جلوگیری گردد

محافظت از نوزاد در برابر بیماری‌ها:

واکسیناسیون: از برنامه‌های واکسیناسیون توصیه‌شده برای نوزاد خود پیروی کنید. این واکسن‌ها برای پیشگیری از بیماری‌های جدی و حتی کشنده مانند دیفتی، کزاز و هپاتیت ضروری هستند

مراقبت در برابر عفونت‌ها: نوزادان سیستم ایمنی ضعیفی دارند. برای پیشگیری از عفونت‌ها، دست‌های خود را قبل از تماس با نوزاد بشویید، از تماس با افراد بیمار خودداری کنید و محیط نوزاد را تمیز نگه دارید

پوشاندن نوزاد در دماهای مختلف: از نوزاد خود در برابر سرما یا گرمای شدید محافظت کنید. در هوای سرد، از پوشش‌های مناسب برای حفظ گرمای بدن نوزاد استفاده کنید



پیشگیری از خطرات مربوط به اسباب بازی‌ها:

انتخاب اسباب بازی‌های ایمن: هنگام خرید اسباب بازی برای نوزاد، مطمئن شوید که اسباب بازی‌ها فاقد قطعات ریز هستند که نوزاد ممکن است آن‌ها را بلعد

بازرسی اسباب بازی‌ها: قبل از دادن اسباب بازی به نوزاد، همیشه آن‌ها را بررسی کنید تا از آسیب‌های احتمالی، مانند لبه‌های تیز یا قطعات شکسته، جلوگیری کنید

جلوگیری از خطرات خفگی:

غذا دادن به نوزاد: هنگامی که نوزاد شروع به خوردن غذای جامد می‌کند، حتماً غذاها را به اندازه مناسب و کوچک خرد کنید. از دادن غذاهایی که ممکن است باعث خفگی شوند (مانند مغزها، انگور یا خرما) خودداری کنید

پوشک نوزاد: مراقب باشید که هنگام تعویض پوشک، نوزاد در موقعیت ایمن قرار گیرد. هیچگاه نوزاد را روی سطوحی که بدون حفاظ است، رها نکنید

ایمنی در هنگام بازی:

مراقبت از نوزاد در هنگام بازی: زمانی که نوزاد شروع به حرکت و غلت زدن می‌کند، همیشه در نزدیکی او باشید تا از سقوط یا آسیب دیدگی جلوگیری کنید

پوشاندن فضاهای خطرناک: اتاق بازی نوزاد باید از اجسام تیز، سیم‌ها و هر چیزی که ممکن است نوزاد را تهدید کند، پاکسازی شود

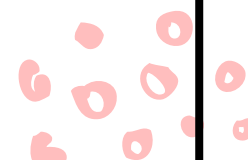
پیشگیری از خطرات مرتبط با دمای بدن نوزاد:

پوشش مناسب: همیشه نوزاد را متناسب با دمای محیط پوشانده و از پوشاندن لباس‌های زیادی که باعث گرمای بیش از حد می‌شود، خودداری کنید

کنترل دمای بدن نوزاد: از دماسنج مخصوص نوزاد برای کنترل دمای بدن او استفاده کنید. دمای طبیعی بدن نوزاد باید بین 36.5 تا 37.5 درجه سانتی‌گراد باشد

نتیجه‌گیری:

حفظ ایمنی و سلامت نوزاد از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. رعایت اصول بهداشتی، مراقبت‌های جسمی و روانی، و پیشگیری از خطرات می‌تواند به رشد سالم و ایمن نوزاد شما کمک کند. در صورت مشاهده هر گونه نگرانی یا سوال در مورد ایمنی نوزاد، حتماً با پزشک یا مراقب بهداشتی مشورت کنید



تهیه کننده:

نجمه بنی اسد

بیمارستان خاتم الانبیاء بافت
بخش لیبر

کد سند: P_PH/C_T/154/01

تاریخ تنظیم: 1404/6/11

تاریخ بازنگری: 1405/6/11

