

به نام خدا

بنیاد قلب فارس بیمارستان کوثر

آموزش تغذیه با شیر مادر

برای شیرخوار هیچ غذایی بهتر از شیر مادرش نیست

حضرت رسول اکرم (ص)



سریعترین مرحله رشد پس از تولد دوران شیرخواری است. تغذیه شیرخواران و کودکان تفاوت های زیادی با تغذیه بزرگسالان دارد و نیازهای غذایی آنان باید براساس منحنی رشد تنظیم می شود.

نیازهای غذایی کودکان در سنین مختلف متفاوت است . لذا نوع غذاهایی که تامین کننده این نیازها هستند باید هماهنگ با



رشد و تکامل طبیعی جسمانی و گروه سنی آنها باشد. مهمترین نشانه سلامت، رشد و تکامل است.

شیرمادر بهترین غذا برای شیرخوار :

ترکیب شیرمادر کاملاً منطبق با نیازهای شیرخوار است و بدین لحاظ مناسب ترین رشد را در کودکان تامین می کند. از آنجا که هدیه ای ارزنده تر از شیرمادر برای شیرخوار وجود ندارد. مسلماً مادران از اهدای آن به طفل خود دریغ نخواهند کرد.
مزایای شیر مادر : مزایای شیرمادر را از سه جنبه می توان مورد بررسی قرار داد:

مزایای مربوط به شیرخوار :



۱. شیر مادر به تنهایی می تواند از لحظه اول تولد تا پایان ۴ و حتی ۶ ماهگی، تمام نیازهای غذایی شیرخوار را برای رشد طبیعی او تامین کند. حتی در هفته اول تولد که هنوز جریان عادی شیر برقرار نیست، نوزاد نیازی به غذا یا آشامیدنی دیگر ندارد. همان مقدار شیر برای رشد طبیعی او کافی است.
۲. آغوز یا شیر روزهای اول که زرد رنگ و



غلیظ است بسیار مغذی و حاوی مواد مفید و ارزنده ای است که اولین و بهترین واکسن بر حفاظت شیرخوار بر ضد بیماریهای عفونی است.

۳. سلولهای زنده و مواد مختلف ضد عفونی موجود در شیر مادر که با غلظت بیشتر در آغاز وجود دارد، دارای خاصیت از بین بردن میکروبها و ویروسهاست و در نتیجه احتمال ابتلای شیرخوار به بسیار از عفونتها و بخصوص عفونتهای گوارشی و تنفسی را کاهش می دهد و در صورت بروز شدت بیماری و احتمال مرگ و میر به مراتب در شیرخواری که از شیرمادر تغذیه می کند کمتر است.



۴. در ماههای اول تولد که شیرخوار بیش از سایر مواقع در

معرض خطر است، شیر مادر او را از ابتلا به بسیاری از بیماریها حفظ می کند تغذیه با شیر مادر احتمال مرگ و میر در اثر بیماریهای اسهال را به شدت کاهش می دهد و از ابتلا به عفونتهای گوش میانی و عفونتهای حاد تنفسی و مرگ و میر ناشی از آن می کاهد.

۵. میزان ابتلا به آسم، اگزما و انواع حساسیت در شیر خوارانی که از شیرمادر استفاده میکنند بسیار کمتر گزارش شده است. از این رو، در خانواده هایی که پدر یا مادر یا یکی از افراد خانواده مبتلا به نوعی بیماری حساسیتی است تغذیه با شیرمادر، باید تغذیه انتخابی باشد زیرا استفاده از

هرنوع شیر دیگر، زیان آور و زمینه ساز حساسیت دورانهای بعدی زندگی خواهد بود.

۶. در شیرخوار که از شیر مادر تغذیه می کند به علت سوخت و ساز بهتر مشکل افزایش



کلسترول در بزرگسالی و احتمال خطر ابتلا به بیماریهای قلبی، عروقی، کمتر است.

۷. چربی و پروتئین شیرمادر بهتر از چربی و پروتئین دیگر انواع شیرها هضم و جذب می شود به همین دلیل دردهای قولنجی، جمع شدن گاز، استفراغ و حساسیت نسبت به پروتئین در این شیرخواران کمتر مشاهده می شود.

۸. ترکیب شیر مادر همراه با رشد شیرخوار تغییر پیدا میکند. چربی شیر

مادر در شروع هر وعده شیر کمتر است و سپس میزان آن تدریجا بیشتر می شود. این تغییرات کمک بزرگی به سیر نگهداشتن شیرخوار می کند.

۹. به سبب اختلاف در ترکیب چربی شیرمادر، شیرخوار پرخوری نمی کند و کمتر چاق می شود. چاقی این دوران، زمینه ساز عوارض قلبی، عروقی، مفصلی و بیماری قند در بزرگسالی است.

۱۰. به علت وجود آب کافی در شیرمادر بخصوص ابتدای شیر، تشنگی شیرخوار برطرف و اشتهاى او تحریک می شود و نیازی به دادن آب یا آب قند حتی در مکانهای بسیار گرم و خشک نیست. به عوض دادن آب می توان وعده های شیردهی را افزایش داد.

۱۱. با مکیدن پستان مادر، غریزه مکیدن و احساس سیری همزمان با هم در شیرخوار به وجود می آید. در صورتی که با مکیدن سرشیشه، معده شیرخوار پر می شود ولی غریزه مکیدن ارضاء



نمی شود.

۱۲. شیرخواران بیمار چون اشتهاى کمتری دارند به یک ماده سهل الهضم و مغذی نیازمندند و شیر مادر میتواند این نیاز را کاملاً تامین کند.

۱۳. شیرمادر به تنهایی تا یک سوم انرژی و مواد مغذی مورد نیاز کودک در سال دوم زندگی را تامین می کند پس بهتر است تا پایان دو سالگی از شیر مادر همراه با غذای خانواده استفاده شود.
۱۴. میزان سدیم و پروتئین شیرمادر به حدی است که به کلیه های نوزاد که هنوز کامل نشده اند صدمه ای وارد نمی کند.

۱۵. شیرمادر پاکیزه، دارای درجه حرارت مناسب و عاری از آلودگی میکروبی است. شیرمادر اثر مطلوبی بر رشد شیرخوار دارد کودکانی که با شیر مادر تغذیه شده اند در دوران بلوغ از امنیت روانی بیشتری برخوردارند.

۱۶. به نوزاد نارس و کم وزنی که قادر به مکیدن پستان مادر نیست شیر مادرش به ویژه آغوز- به خاطر داشتن ترکیب مناسب با موقعیت چنین نوزادی، باید با قطره چکان و یا قاشق چایخوری و یاحتی از طریق لوله معده به او داده شود. این امر از بروز بسیاری از بیماریهای عفونی و مرگ و میر ناشی از آن که در نوزادان شایع است پیشگیری می کند، تماس بدنی مادر و نوزاد در گرم نگهداشتن و بهبود رشد و تکامل نوزادان نارس و بیمار نقش حیاتی دارد.

۱۷. جذب کلسیم شیر مادر به سبب نسبت مناسب کلسیم به فسفر بهتر انجام می شود. کمبود کلسیم در شیرخواران کمتر گزارش شده است.

۱۸. اسهال در شیرخواران به مراتب کمتر است و نیز به سبب نوع مدفوع سوختگی ناحیه تناسلی کمتر دیده می شود.

۱۹. چون تعداد دفعات ابتلا به بیماری در شیرخواران کمتر است نیاز به بستری شده آنها در



بیمارستان و جدایی از مادر نیز کمتر پیش می آید.

۲۰. شیرخوارانی که از شیر مادر تغذیه می کنند کمتر دچار مشکلات دندانی ناشی از پستانک و تغذیه مصنوعی می شوند.

۲۱. درجه هوش شیرخوارانی که با شیر مادر تغذیه می شوند بالاتر از شیرخوارانی است که به طور مصنوعی تغذیه می شوند.

فواید شیردهی برای مادر:

۱. عدم نیاز به تمیز کردن شیشه

۲. عدم نیاز به تهیه شیرخشک

۳. ارزان بودن

۴. از دست دادن راحت وزن

۵. افزایش ارتباط و دلبستگی بین مادر و کودک

۶. کاهش سرطان پستان و تخمدان

۷. احساس آرامش در مادر

۸. جمع شدن و بازگشت سریع رحم به اندازه

طبیعی و کاهش خونریزی بعد از زایمان

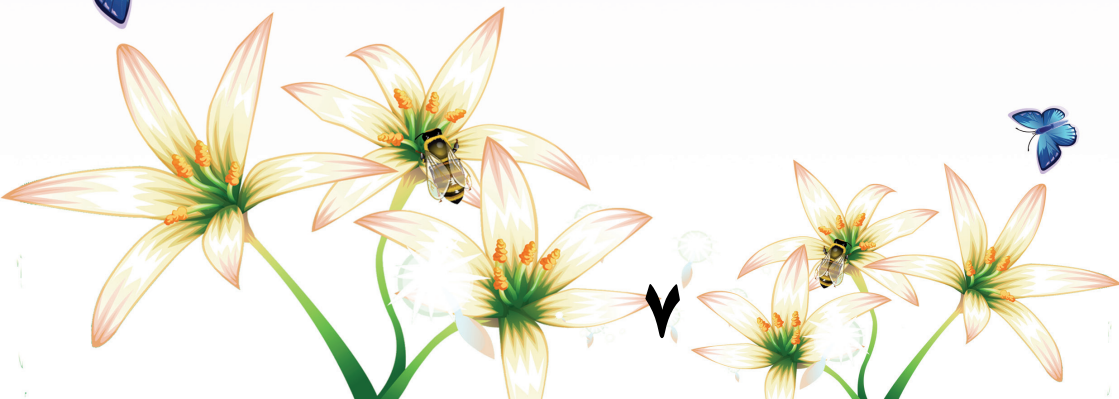


دوشیدن شیر و طرز نگهداری شیر دوشیده شده

گاهی اوقات اتفاق می افتد که مادر مجبور می شود شیر خود را بدوشد تا به وسیله لیوان یا قاشق به کودک بخوراند. از آن جمله مادری است که در خارج از منزل اشتغال دارد و به هیچ وجه امکان تغذیه مستقیم برای او وجود ندارد و نیز در مورد نوزاد نارس و یا بیماری که در بیمارستان بستری است و از طریق لوله و ... تغذیه می شود. همچنین آن دسته از شیرخوارانی که به دلیل نقایص جسمی لب و دهان قادر به مکیدن نیستند و سرانجام برای جلوگیری از پرشدگی پستان در شرایط و موارد خاص و معدودی که به دلیل بیماری مادر، کودک و یا هر علت دیگری، مکیدن پستان برای کودک برای مدتی مقدور نیست.

آمادگی اولیه برای دوشیدن شیر :

۱. زمانی از روز را می توان برای دوشیدن شیر انتخاب کرد که پستان پر از شیر باشد که در بیشتر مادرها این زمان صبح هاست و یا می توان بعد از هر وعده تغذیه شیرخوار، شیر اضافی را دوشیده و ذخیره کرد.
۲. بهتر است ۲۰-۱۰ دقیقه قبل از شروع دوشیدن شیر، مادر کمی استراحت کند و یک لیوان شیر، آب میوه، چای کم رنگ یا یک کاسه سوپ بخورد. مایعات گرم بیشتر از مایعات سرد به ترشح شیر کمک می کند.
۳. وسیله دوشیدن شیر باید تمیز باشد، خواه روش دوشیدن با دست باشد یا به وسیله مکانیکی، باید دستها را با آب و صابون و پستان را فقط با آب ساده شستشو داد و از به کار بردن هر گونه



کرم ، لوسیون و روغن پرهیز کرد.

۴. موقع دوشیدن شیر، اگر مادر به کودک فکر کند و یا فکرش را متوجه شیر دادن و در آغوش گرفتن او کند به ترشح و جاری شدن شیر کمک می شود. کنار کودک نشستن و به او نگاه کردن نیز همین اثر را دارد.

۵. بهتر است مادر در وضعیت راحتی بنشیند و اگر ممکن است، پاها را کمی بالا بگذارد. محیط نیز باید ساکت و آرام باشد تا حتی زنگ تلفن یا زنگ منزل یا سایر کارها باعث قطع شدن دوشیدن شیر نشود.

۶. برای بهتر جریان یافتن شیر توصیه می شود یک حوله گرم و مرطوب به مدت ۱۰-۵ دقیقه روی پستان و نوک آن قرار داده شود.

روش دوشیدن شیر :

برای دوشیدن شیر می توان از دست یا شیردوشهای مکانیکی استفاده کرد. اگر دوشیدن شیر صرفاً با دست صورت می پذیرد. دست باید طوری قرار گیرد که چهار انگشتان زیر پستان و درست در لبه هاله پستان و شست در بالا و روی هاله پستان واقع شود. آنگاه باید دست را به قفسه سینه تکیه داد و پستان را به طرف قفسه سینه فشار داد و آن را به طرف جلو آورد سپس به قسمت هاله پستان فشار داده شود تا شیر به آسانی خارج شود. همین کار را با پستان دیگر هم باید انجام داد.

جمع آوری، ذخیره، فریز و ذوب کردن شیر :



ظرفهای پلاستیکی برای جمع آوری و ذخیره شیر بهتر از ظرفهای شیشه ای هستند، نه فقط به خاطر این که ظرفها دیرتر می شکنند، بلکه به این دلیل که لوکوسیتها یا گلبولهای سفیدی که در شیر مادر وجود دارند به جدار شیشه می چسبند و خاصیت خود را از دست می دهند. همیشه لیوانی که برای دوشیدن شیر و بطری که برای ذخیره آن مورد استفاده قرار می گیرد باید قبلاً جوشانده شوند و پس از خنک شدن مورد استفاده قرار گیرد.

شیر دوشیده شده را باید بلافاصله در یخچال یا فریز قرار داد. اگر این کار امکان نداشت، شیر دوشیده شده در درجه حرارت اتاق به شرطی که به دور از آفتاب، گرمای چراغ یا شومیز باشد تا ۴ ساعت قابل استفاده است ولی باید توجه داشت شیری که در درجه حرارت اتاق نگهداری شده باشد دیگر قابل فریز کردن نیست.

شیر دوشیده شده را می توان تا ۴۸ ساعت در یخچال نگهداری کرد و یا ۳۰ دقیقه در یخچال گذاشته سپس آن را فریز کرد. ظرفی که برای فریز کردن به کار می رود باید فقط ۳/۴ آن را پر از شیر باشد. بهتر است روی ظرف، تاریخ دوشیدن شیر هم ثبت شود.

در صورتی که شیر مادر در قسمت جایی یخچال نگهداری شود، چنین شیری تا ۲ هفته و در فریزرهای معمولی (۱۸۰-) تا سه ماه و در فریزرهای صنعتی (۳۲-) تا ۶ ماه قابل استفاده است. هنگام ذوب کردن شیر فریز شده، ظرف محتوی شیر را باید زیر آب ولرم به آرامی حرکت داد تا یخ آن باز شود و حداکثر تا ۳۰ دقیقه بعد از ذوب شدن مصرف نمود. هیچگاه نباید شیر یخ زده را روی چراغ یا درجه حرارت اتاق ذوب کرد. همچنین نباید شیری را که ذوب شده دوباره فریز کرد.



زردی نوزادان

اغلب نوزادان پس از تولد کمی زرد می شوند در این هنگام است که مادران نوزادشان را پیش پزشکی می آورند و توجه او را به زرد شدن صورت و بخصوص چشم های او جلب می کنند باید دانست که چشم های نوزاد اولین جایی است که زردی در آن دیده می شود و همچنین آخرین



جایی است که زردی پاک می شود پس به طور طبیعی و بدون اینکه این قضیه مشکلی یا مساله ای برای نوزاد ایجاد کند، روند بروز یک زردی طبیعی و خوش عاقبت این است که این در اواخر روز دوم یا اوایل روز سوم ابتدا چشم های نوزادتان زرد می شود بعد شما کم کم متوجه می شوید که این زردی از چشم ها و صورت در مدت یکی دو روز به پایین بدن کشیده شده و سینه، شکم و قسمتی از ران های او را هم گرفته است. این زردی در روز سوم تا پنجم به حداکثر خود می رسد و از آن پس آهسته از شکم و سینه و صورت

محو می شود تا روز دهم یا کمی بعد چشم ها نوزاد نیز از زردی پاک می شوند زردی غیر طبیعی نوزاد گاهی زردی چند ساعت پس از تولد بروز می کند و به سرعت زیاد می شود این زردی غیر طبیعی است و به شما اکیداً توصیه می شود که اگر نوزادتان در روز اول یا اوایل روز دوم یا دقیق تر بگویم در ۲۴ ساعت یا ۴۸ ساعت اول پس از تولد زرد شد آن را غیر طبیعی بدانید و هرچه سریعتر به پزشک و اگر شب هنگام بود به بیمارستان مراجعه نمایید این زردی غیر طبیعی که خیلی سریع خود را نشان می دهد و خیلی هم به سرعت افزایش می یابد ممکن است عمدتاً ناشی از ناسازگاری



گروه خونی باشد یا بدلیل کمبود آنزیم هایی در خون نوزاد اتفاق افتاده و یا به دلیل غیر شایع دیگری داشته باشد از آنجایی که گاهی این نوع زردی های زودرس و فرایند ممکن است ایجاد خطرانی برای مغز و سلسله اعصاب نوزاد نماید و آینده او را به خطر بیندازد، همچنانکه گفته شد در این موارد شایسته است که هرچه سریعتر نوزاد خود را به پزشک یا بیمارستان برسانید تا حتی اگر لازم باشد با تعویض خون نوزاد، جلوی هرگونه عوارض گرفته شود.

خطرات زردی نوزادی :

بزرگترین خطر ناشی از بیلی روبین بالا ایجاد آسیب مغزی است که به غلظت های بالای بیلی روبین به وجود می آید.

علت زردی نوزادان چیست ؟

زردی در یک کودک سالم زمانی اتفاق می افتد که سطح بیلی روبین در خون بالا رود بیلی روبین ماده شیمیایی است که در اثر تخریب گلبول قرمز خون تولید می شود نوزادان سطح بیلی روبین بالاتری دارند چون تعداد گلبول قرمز در آنها زیادتر است و کبد آنها نمی تواند بیلی روبین اضافی را دفع کند.



برای کاهش زردی چه باید کرد؟

در مدتی که نوزاد زردی دارد بهتر است که زود به زود و با فواصل کمتر به نوزاد شیر بدهند و مراتب باشد که مزاج نوزاد همیشه حالت روان داشته باشد و به اصطلاح بیوست نداشته باشد. از دادن آب و آب قند نیز در این مدت مانند همیشه خودداری کنید.

زردی های شدید و ناگهانی نوزاد بخصوص در یکی دو روز اول پس از تولد، تکلیف روشن است و باید نوزاد را سریعاً به بیمارستان برسانید تا اگر لازم باشد با تعویض خون او از خطرات احتمالی پیشگیری شود.

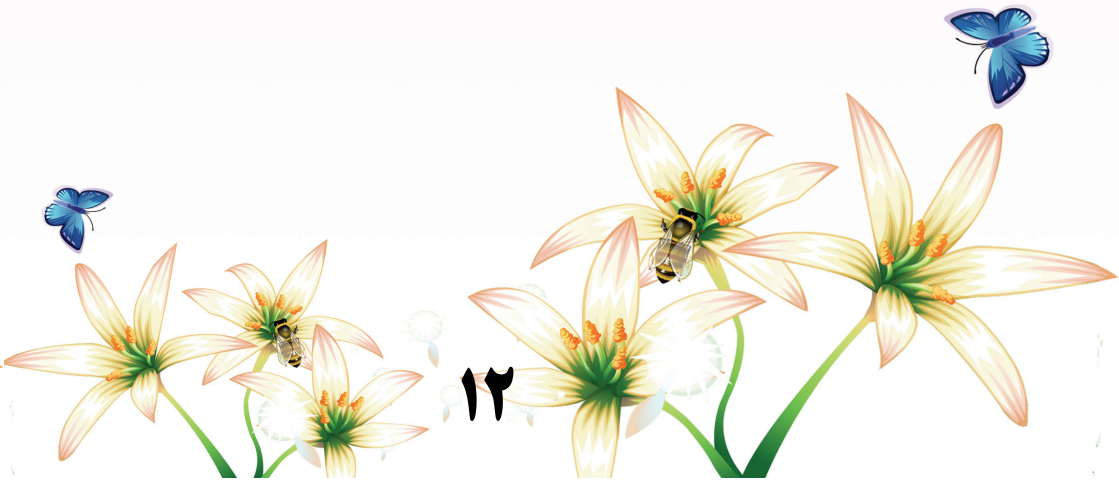
نور درمانی :



حداقل ۶ الی ۱۲ ساعت برای بروز اثرات نور درمانی لازم است قبل از اینکه سطح سرمی بیلی روبین به حدی برسد که تعویض خون لازم شود از این روش استفاده می کنند رنگ پوست قبل از نور درمانی فاکتور قابل اعتمادی برای سنجش تاثیر نور درمانی است.

تعویض خون:

وقتی فتوتراپی در پایین آوردن زردی نوزاد شما مطلوب نبوده و احتمال آسیب مغزی می رود از تعویض خون استفاده نمود.



آزمایشگاه غربالگری بیماریهای متابولیک نوزادان



این نوع آزمایش ها شامل غربالگری نوزادان که مبتلا به کم کاری مادرزادی تیروئید هستند که این اختلال در یک هزار تولد دیده می شود. این بیماری باعث عوارض جبران ناپذیر مغزی مادام العمر می شود این ضایعه نه تنها فرد مبتلا بلکه جمع کثیری را گرفتار بار سنگین یک بیماری و اعلاج و ناتوان کننده می کند اما این وضعیت قابل کنترل و پیشگیری است.

هزینه های اقتصادی :

غربالگری کم کاری مادرزادی تیروئید یکی از برنامه های طب پیشگیری است که نسبت سود به هزینه در آن مثبت می باشد اگر شیفت های محاسبه شده به هزینه ای براساس بار مالی به جامعه جهت مراقبت از کودکان عقب مانده ذهنی برآورده شده اند.



اهمیت موضوع :

میزان بروز بیماری در جهان در هر ۴۰۰۰-۳۰۰۰ تولد زنده برآورد شده است. به طور کلی این میزان در کشورهای آسیایی در مقایسه با کشورهای آمریکای و اروپا بیشتر است نشان می دهد تفاوت هایی خاصی بین کشورهای آسیایی و غیر آسیایی وجود دارد از جمله می توان به موارد ذیل اشاره نمود:

۱. وجود هم خونی بیشتر که در افراد یک قوم یا نژاد خاص وجود دارد.
 ۲. وجود کمبود ید در منطقه که شانس بروز کم کاری تیروئید بخصوص نوع گذاری آن را افزایش می دهد.
 ۳. احتمالاً تغییرات خاص ژنتیکی که در افراد ساکن در آسیا وجود دارد.
- اهمیت دیگر این برنامه سازماندهی و مهیا شدن برای بستری برای تشخیص زودرس و به موقع دیگر بیماریهای متابولیک مادرزادی همچون فنیل کتونوری ، گلاکتوزمی و بسیار بیماریهای مشابه می باشد که در مراحل بعدی در نظام سلامت ادغام خواهند شد.

مراقبت های دوره نوزادی همراه با اختلالات شایع در این دوران

لباس نوزاد بایستی سبک و گشاد و راحت باشد . از قنداق کردن نوزاد که یک عمل غیر بهداشتی و زیان آور است پرهیزید و از قنداق کردن نوزاد حتی به مدت کوتاه خودداری کنید.

حمام کرن روزانه نوزاد با داشتن بندناف نه تنها اشکالی ندارد بلکه مفید است. از بدو تولد نوزاد بایستی حداقل یک روز در میان حمام داده شود و تمام بدن نوزاد به هیچ وجه اثر سوء



روی ناف نوزاد و محل ختنه نداشته بلکه شستشوی ناف با آب و صابون از بروز عفونت جلوگیری می نماید. ناف نوزاد را می توانید با پنبه الکل و گاز استریل تمیز نمایید اما توجه داشته باشید که حتماً بعد از زدن الکل آن را خشک نمایید. به هیچ وجه به چشم نوزاد دست نزنید، اگر ترشحاتی نشان می دهد به پزشک مراجعه کنید. در موقع گرفتگی بینی به هیچ وجه از شیر و یا سنجاق استفاده نکنید، کمی سرم فیرولولوژیک ، داخل بینی او بچکانید.



برای جلوگیری از سوختگی پای نوزاد بخاطر ادرار و مدفوع او را زود به زود عوض نماید و در صورت ابتلا از پودر استفاده نکنید ، پای نوزاد را با آب و صابون بشوئید و خشک کنید و سپس با پماد آ+د چرب نمائید. هرگونه گریه نوزاد بخاطر گرسنگی نیست، در صورت تداوم گریه حتماً به پزشک مراجعه نمائید. وجود ترشحات بی رنگ یا خون آلود در قسمت

تناسلی نوزاد دختر طبیعی است. در صورت مشاهده موارد دیگری نظیر : زردی، اسهال ، بی حالی، بد نفس کشیدن و استفراغ مکرر ، خوب شیر نخوردن، تب، سرفه، جوشهای چرکی، ترشح از ناف و تشنج و حرکات غیر طبیعی در نوزاد هرچه سریعتر به پزشک و یا مرکز بهداشتی مراجعه کنید. توجه داشته باشید که نوزادانی که با شیر مادر تغذیه می شوند دفعات اجابت مزاجشان بیشتر است



ولی حجم مدفوع آن کم، رنگ آن زرد و احياناً کف آلود و گاهی سبز است، آن را با اسهال اشتباه نگیرید. در موقع شیر دادن بهداشت شخصی را رعایت نمائید و قبل از شیردادن دستهای خود را بشوئید و از قرص ضد حاملگی تا حد امکان به دلیل اثرات سوء بر روی شیر استفاده نکنید. مشاوره پزشکی با پزشک کودکان دوبار در مرحله اول و سپس ماهی یکبار توصیه می شود و در شش ماه دوم دو ماه یکبار به دکتر مراجعه نمائید. واکسن ها را به طور منظم انجام دهید برنامه واکسیناسیون را مطالعه نمائید از روز پانزدهم بعد از تولد روزانه ۶ تا ۱۰ قطره مولتی ویتامین در یک قاشق آب جوشیده خنک شده به نوزاد بدهید. از تجویز آب قند یا داروهای خانگی مانند تلنجبین یا شیر خشت و غیره به نوزاد بایستی خودداری شود. هنگامی که نوزاد شیر مادر مصرف می نمائید لازم به نوشیدن آب اضافی ندارد تا یکسالگی آب جوشیده سرد شده فقط می توان داد آن هم بدون قند.

از اختلالات شایع نوزادی شامل:

استفراغ: گاهی نوزادان در چند ساعت اول بعد از به دنیا آمدن دچار استفراغ که گاهی همراه با رگه های خونی است دارند این استفراغ ندرتاً پس از نخستین تغذیه نیز ادامه می یابد. عامل این استفراغ احتمالاً تحریک مخاط معده به وسیله مواد بلعیده شده هنگام زایمان است. استفراغ در دوره نوزادی نسبتاً شایع و در بیشتر موارد همراه با بازگشت مواد





غذایی می باشد که به دلیل فرصت ندادن به نوزاد برای خارج نمودن هوای بلعیده شده است.

برفک : در دهان شیر خواران سالم نیز ایجاد می شود. روش آلودگی نوزاد سالم از طریق کانال زایمان به مخاط دهان نوزاد می باشد. در موارد بعد می توان عفونت از تماس شیرخوار با وسایل بیمارستانی و یا شیر خوارگاه مبتلا شده است. برفک به صورت یک لایه پنیری سفید رنگ در سطوح داخلی گونه و زبان را می پوشاند در درمان نوزاد باید شستشوی دهان بعد از تغذیه شروع می شود

با استفاده از مقدار کمی آب، شیر که باعث رشد قارچ می گردد. را از دهان نوزاد پاک کرد. در رابطه با مصرف نیستاتین نیز از پزشک کودک سؤال نمائید .

یبوست: از ۹۰ درصد نوزادان بعد از تولد در روزهای نخستین زندگی دفع دارند. که این عمل تا ۳۶ ساعت بعد از به دنیا آمدن ادامه می یابد. اگر یبوست یا دفعی توسط نوزاد بعد از به دنیا آمدن نداشت به پزشک خود در میان گذارید.

عفونت : یکی از راه های انتقال عفونت از طریق بندناف، تماس دست و تنفس و زخم های پوستی ایجاد می شود. پیشگیری از عفونت موارد زیر رعایت شود :

۱. مراقبت صحیح دوران بارداری (عفونت های مادر مانند ادراری و رحمی)



۲. مراقبت از بندناف

۳. شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اول بعد از تولد و تداوم آن

۴. جلوگیری از حضور افراد زیاد در کنار نوزاد به خصوص افراد مبتلا به بیماریهای عفونی و شستن دستها با آب و صابون قبل از دست زدن به نوزاد. در صورت وجود علامتی دال بر عفونت سریعاً به پزشک مراجعه نمائید.

