

راهنمای آموزش خودمراقبتی نوزاد مبتلا به آسپکسی

همراه محترم جهت بهبودی هر چه سریعتر نکات زیر را رعایت نمایید :

- ♦ درجه حرارت بدن نوزاد را تا حد امکان ثابت نگه دارید.
- ♦ در هنگام تعویض لباس و حمام دادن از سرد شدن نوزاد جلوگیری کنید. اگر نوزاد سرد شد باید فوراً او را گرم کنید. قبل از تماس با نوزاد حتماً
- ♦ دستهای خود را بشویید و در صورتیکه فرد دیگریاز نوزاد مراقبت میکند این موضوع را به او گوشزد کنید.
- ♦ در صورتیکه دچار سرما خوردگیهستیداز ماسک استفاده کنید و یا در صورت امکان از نوزاد خود فاصله بگیرید.
- ♦ از تماس افراد مبتلا به بیماریهای عفونی و سرماخورده با نوزاد خود خودداری کنید.
- ♦ مراقب باشید نوزاد در معرض افراد سیگاری قرار نگیرد.
- ♦ اجازه دهید نوزادتان خواب آرامیافته باشد و در بین خواب او را بیدار نکنید.
- ♦ توجه کنید وضعیت نوزاد به صورتی باشد که سر و گردن نوزاد در یک خط مستقیم قرار بگیرد. این وضعیت از پیچ خوردن راه هوایی جلوگیری میکند.
- ♦ برای خواب نوزاد از تخت بچه استفاده کنید و از تخت بزرگسالان و میلههای فتری استفاده نکنید.
- ♦ هنگام خواب اسباب بازیها و بالشها را از داخل تخت بردارید تا باعث خفگی نوزاد نشوند.
- ♦ هرگز نوزاد را خیلی شدید تکان ندهید.

در شرایط زیر به پزشک مراجعه کنید:

- ♦ چندروز بعد از ترخیص حتماً به پزشک متخصص نوزادتان جهت پیگیری درمان مراجعه کنید.
- ♦ در صورت افزایش تعداد تنفس به همراه تو کشیده شدن قفسه سینه در زمان بازدم و کبودی اندام ها به پزشک مراجعه کنید.

