

❖ تعریف نوزادان نارس

نوزاد نارس یا نوزاد زودرس، نوزادی است که خیلی زود یا حدود سه هفته قبل از موعد مقرر زایمان، متولد شده است. یک دوره طبیعی بارداری (رشد کامل جنین) حدود ۴۰ هفته است. زایمان زودرس در هفته ۳۷ بارداری یا زودتر اتفاق می افتد.



علت تولد نوزاد نارس اغلب معلوم نیست. با این حال تولد نوزاد نارس در میان زنان کم سن و سال و زنان میانسال و همچنین در زنانی با وضعیت اقتصادی پایین و کسانی که مراقبت بارداری کافی در طول دوران بارداری نداشته اند، بیشتر است.

❖ مشخصات نوزاد نارس

- وزن کمتر از ۲.۵ کیلوگرم
- اندازه کوچک بدن
- اندازه بزرگ سر نسبت به کل بدن
- چربی کم زیر پوست
- پوست نازک و براق و صورتی رنگ
- رگ های قابل مشاهده زیر پوست
- تعداد موهای کم بدن
- تعداد چین های کم در کف پا
- گوش بسیار نرم
- در نوزادان پسر ممکن است کیسه بیضه پایین نیامده باشد،
- یابسیار کوچک باشد



❖ مراقبت از نوزاد نارس در بخش مراقبت ویژه

نوزادان نارس پس از تولد بدلیل عدم تکامل دستگاه های بدن در بخش مراقبت های ویژه نوزادان (NICU) در بیمارستان بستری می شوند. کارهایی که برای مراقبت کافی از نوزاد نارس باید انجام داد شامل موارد زیر است:

- بسیاری از نوزادان نارس، نمی توانند گرما را در بدن خود نگه دارند. به همین دلیل در بخش مراقبت های ویژه در داخل اتاقک پلاستیکی قرار می گیرند.
- نوزادان نارس معمولاً می توانند هم از شیر مادر و هم از شیر خشک تغذیه کنند، شیر مادر به دلیل پروتئین های ویژه ای که دارد این امکان را به نوزاد می دهد تا از این عفونت ها محفوظ بماند و سریع تر رشد کند.
- در اکثر نوزادان نارس به دلیل مشکلات تنفسی و بلع، لوله ای در داخل بینی و یا داخل معده قرار می گیرد تا شیر بتواند به راحتی به معده این نوزادان وارد شود.
- اکثر نوزادان پس از تولد، به زردی مبتلا می شوند. در صورتی که زردی درمان نشود می تواند به مغز نوزاد آسیب برساند. در صورت لزوم، نوزاد مبتلا به زردی را در دستگاه و زیر نور لامپ های خاصی قرار می دهند تا زردی برطرف شود.
- به دلیل زایمان زودرس، ریه ها و دستگاه تنفسی نوزاد فرصت رشد کافی پیدا نکرده اند. این نوزادان در بخش مراقبت های ویژه از نظر تنفس هم مورد



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا زرنده



نوزاد نارس

گروه هدف: بیماران

واحد آموزش به بیمار

تاریخ تدوین: پاییز ۱۴۰۳

بررسی و درمان قرار می گیرند.

❖ مراقبت در منزل:

- این نوزادان در مقایسه با نوزادان رسیده و ترم، تعداد دفعات بیداری بیشتری داشته، لذا در این مورد نگران نباشید.
- بهتر است که برای معاینات دوره ای و واکسیناسیون منظم با مراکز بهداشتی یا پزشک خود در ارتباط منظم باشید.
- این نوزادان در خطر مرگ ناگهانی بیشتر از سایر نوزادان قرار دارند، بنابراین مراقب باشید که روی شکمش ن خوابد.
- درجه حرارت مناسب اتاق برای نوزاد نارس ۲۵ تا ۲۶ درجه می باشد.
- لازم است شیرخوار پوشش مناسب داشته باشد. معمولاً پوشاندن کلاه، جوراب و دستکش در روزها و حتی هفته های اول بعد از ترخیص، به خصوص در فصول سرد سال توصیه می شود.
- کنترل درجه حرارت نوزاد (درجه حرارت مناسب بدن نوزاد با تب گیر زیر بغل ۳۶ تا ۳۶.۵ درجه سانتیگراد) بهترین راه پرهیز از مشکلات گرما و سرمای بدن نوزاد می باشد.
- تداوم تغذیه با شیر مادر یا شیر خشک هر ۲ تا ۲.۵ ساعت لازم است. در صورت خواب بودن نوزاد بیشتر از ۳ تا ۴ ساعت احتمال کاهش قند خون وجود دارد، لذا بهتر است تغذیه با شیر قبل از رسیدن به این حد با بیدار کردن شیرخوار از سر گرفته شود.

- خیس بودن کپنه و وزن گیری روزانه ۲۰ تا ۳۰ گرم یا هفته ای ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم بهترین معیار برای وزن گیری مناسب است.
 - بدلیل ضعف جسمانی که دارند، نیازمند صبر و حوصله بیشتری برای تغذیه می باشند و لذا ممکن است مجبور شوید حتی ساعت ها برای تغذیه او وقت بگذارید.
 - تمامی نوزادان نارس در معرض مشکلات شنوایی هستند و بایستی مورد ارزیابی شنوایی قبل یا بلافاصله بعد از ترخیص و نوعی آزمایش در ۳ ماهگی قرار گیرند.
 - نوزادان نارس با سن حاملگی کمتر از ۳۴ هفته و وزن کمتر از ۲۰۰۰ گرم و تمامی نوزادان نارس که سابقه دریافت اکسیژن و یا دستگاه کمک تنفسی دارند، در معرض خطر بیماری نارسایی شبکیه چشم قرار دارند. که در صورت عدم درمان ممکن است سبب نابینائی شود. لذا این نوزادان باید در ۴ تا ۶ هفتگی توسط فوق تخصص شبکیه چشم و یا چشم پزشکی که تجربه کافی در این زمینه دارند معاینه شوند. مراجعات بعدی توسط چشم پزشک معین می گردد.
- منبع: کودک بیمار و ونگ