

چگونه بدانم که نوزادم سالم است؟

(How will I know my newborn baby is well?)

علائم زیر نیز نشانگر سالم بودن نوزاد هستند.

نوزاد سالم به نظر می آید - رنگش طبیعی، هنگام بیداری هوشیار و فعال است، و برای شیر خوردن بیدار می شود.

روزانه حداقل 6 بار شیر می خورد، اغلب حداقل 8-12 بار شیر می خورند.

در 3-4 روز اول هر روز 2-3 و سپس حداقل روزی 5 پوشک خیس می کند.

روزی 1-2 بار شکمش بطور نرم کار می کند.

پس از سنجش وزن نوزاد در روز سوم یا چهارم به تدریج به وزنش اضافه می شود. وزن بیشتر نوزادها در دو هفتهگی به همان میزان وزن در هنگام تولد باز می گردد.

علائمی که در هفته اول سبب نگرانی می شوند

هنگامی که نوزاد حالش خوب نیست ممکن است متوجه شوید که در رفتارش تغییری ایجاد شده است. این تغییر ممکن است ناگهانی و یا به تدریج باشد. علائم و رفتار زیر ممکن است سبب نگرانی شوند اگر نوزاد:

- در هنگام شیر خوردن به طور معمول فعال و هوشیار نیست
- بطور غیر عادی تحریک پذیر است
- پوست و دهان ممکن است خشک شده باشند
- کمتر پوشک خیس و کثیف می کند و ادرار ممکن است به صورت لکه زرد تیره در پوشک دیده شود.
- رنگ پوستش تغییر کرده و رنگ پریده یا تمام بدنش (ته تنها دست ها و پاها) لکه دار به نظر می رسد.
- ممکن است احساس گرما یا سرما بکند - درجه حرارت بدنش از 37.4 بیشتر و یا کمتر از 36 درجه سانتیگراد باشد

اگر نگران نوزاد خویش هستید، میتوانید

1. نوزاد را پیش پزشک خانوادگی ببرید

2. به بخش اورژانس بیمارستان محل خود مراجعه کنید، اگر بیمارستان وست مید نزدیک منزل شماست، بهتر است به بیمارستان وست مید کودکان که مجاور بیمارستان وست مید است بروید

3. اگر ملاحظه می کنید اورژانس هست آمبولانس خبر کنید 000

4. لیست خدمات دیگر در پشت کتاب اولین یادداشت سلامتی من (the Blue Book) موجود است.