

عجول‌های دوست‌داشتنی

توانمندسازی والدین برای مراقبت از نوزاد نارس

اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه مقاله:

- مشکلات احتمالی و اولیه نوزادان نارس را شرح دهند.
- نیازهای نوزادان نارس را بیان کنند.
- نحوه برخورد با مشکلات و نیازهای یک نوزاد نارس را توضیح دهند.
- ضرورت توانمندسازی والدین برای مراقبت از نوزاد نارس را شرح دهند.

فائزه انصاری فر

کارشناس بهداشت خانواده
دانشگاه علوم پزشکی تربیت‌حیدریه



طاهره انصاری فر

مدیر و مربی مرکز آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی تربیت‌حیدریه



مقدمه

تولد نوزاد سالم بهترین هدیه الهی است و این در حالی است که مواجه شدن با یک نوزاد نارس بحران روحی شدیدی را برای والدین ایجاد می‌کند. طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت نوزادانی که زودتر از ۳۷ هفته از اولین روز آخرین قاعدگی به دنیا می‌آیند نارس در نظر گرفته می‌شوند.

هرچه مدت زمان حاملگی و به دنبال آن وزن هنگام تولد این نوزادان کمتر باشد، مشکلات اولیه آنان بیشتر و مراقبت‌های مورد نیاز آن‌ها در بیمارستان و منزل حساس‌تر است.

نوزادان نارس به دلیل مشکلات جسمانی، روحی، روانی و فیزیولوژیک خود، نیازمند اقدام‌های درمانی و مراقبت‌های اصولی و پیچیده هستند. در سال‌های اخیر به رشد و تکامل نوزادان نارس و نقش خانواده‌ها در مراقبت و بهبودی آن‌ها بیشتر توجه شده است. به همین منظور امکان حضور



والدین و بخصوص مادران در بخش‌های مراقبت ویژه نوزادی فراهم شده است تا توسط پرستاران و پزشکان آموزش‌های لازم برای مراقبت از نوزاد نارس ارایه شود.

مراقبت ویژه

امروز یکی از بهترین و مؤثرترین راه‌ها برای جلوگیری از آسیب‌ها و صدمات ناشی از بستری شدن نوزاد نارس، مشارکت و درگیر شدن فعال والدین در امر مراقبت از نوزاد است. درگیر شدن فعال والدین در مراقبت از نوزاد، کمک می‌کند تا روند و میزان تکامل نوزاد طی دوران بستری و پس از ترخیص ارتقا یافته و مدت بستری نوزاد نارس در بخش مراقبت‌های ویژه نوزادان کاهش یابد. کاهش هزینه‌های اقتصادی و کاهش احتمال انتقال عفونت‌های بیمارستانی از فواید این مساله است. در بحث توانمندسازی، در مرحله اول والدین باید آگاهی و دانش کافی در خصوص مشکلات اولیه و احتمالی نوزاد نارس، چگونگی برخورد با این مشکلات، معاینات و مراقبت‌های دوره‌ای نوزاد، زمان انجام این مراقبت‌ها، نحوه تغذیه نوزاد و تأمین نیازهای ویژه یک نوزاد نارس را داشته باشند. در مرحله دوم باید توسط پزشک، پرستار و کارکنان بهداشتی برای رویارویی و پذیرش شرایط جدید، به شکل عملی آموزش دیده، تمرین کرده و در همه موارد ذکر شده مهارت لازم و کافی را کسب کنند. در ادامه به شرح پاره‌ای از مشکلات، نیازها و راهکارهای لازم در برخورد و مراقبت از نوزاد نارس می‌پردازیم.

مشکلات اولیه و احتمالی نوزاد نارس

با توجه به تولد زودتر از موعد این نوزادان، ریه‌های آن‌ها هنوز برای هواگیری و انجام وظیفه اکسیژن‌رسانی آمادگی کافی را ندارد؛ جهت برطرف کردن این مشکل، معمولاً در روزهای اول تولد جهت تکامل ریه نوزاد نارس از دارویی به نام سورفکتانت استفاده می‌شود. نوزادان نارس به علت ناتوانی در تنظیم دمای بدن، نیاز به گرم شدن و قرارگرفتن در محفظه

انکوباتور یا تخت‌های مخصوص (وارمر) دارند. به دلیل عدم تکامل دستگاه گوارش ممکن است تا چند روز پس از تولد قادر به دریافت شیر نبوده و با کمک سرم و داروهای وریدی تغذیه شوند. امکان زردی پوست و آسیب‌های احتمالی مغز به دنبال افزایش سطح بیلی‌روبین وجود دارد که جهت درمان زردی از دستگاه فتوتراپی استفاده می‌شود. شیردهی زود هنگام، مکرر و مؤثر با آغوز، به کاهش سطح بیلی‌روبین در این نوزادان کمک می‌کند.

احتمال خونریزی‌های داخل جمجمه در نوزادان نارس بیشتر است به همین علت معمولاً در روزهای سوم تا هفتم پس از تولد سونوگرافی جمجمه انجام می‌شود. در سنین بالاتر نیز ممکن است تکرار سونوگرافی با نظر پزشک ضرورت داشته باشد.

با توجه به نارس بودن سیستم عصبی مرکزی این نوزادان، احتمال دارد حرکات ناگهانی در عضلات وجود داشته یا تند تند پلک بزنند. در صورت شدیدبودن این حرکات، احتمال تشنج نوزادی مطرح شده و ممکن است پزشک بخواهد از روش‌های تشخیصی و انجام آزمایش‌های تکمیلی استفاده کند. در دوره نوزادی، خصوصاً در نوزادان نارس، عفونت‌ها مشکل شایعی هستند که سبب بدحال شدن نوزادان می‌شوند. جهت بررسی عفونت از آزمایش‌هایی مانند کشت خون و ادرار استفاده شده و به طور شایع برای درمان نوزاد آنتی بیوتیک تجویز می‌شود.



سیستم ایمنی بدن نوزادان نارس ضعیف است و ممکن است توانایی مقابله با بیماری‌های شایع دوران کودکی را نداشته باشد. بسیاری از این نوزادان پس از ترخیص از بیمارستان به علت عفونت‌های تنفسی که از اطرافیان به آن‌ها منتقل شده به بیمارستان بر می‌گردند.



و شروع مراقبت‌های تکاملی و انجام مراقبت کانگورویی یا مراقبت آغوشی است.

مراقبت آغوشی و تماس پوست با پوست بین والدین و نوزاد انقلابی در روش مراقبت از نوزادان نارس ایجاد کرده است. متخصصان طب نوزادان بهبودی چشمگیری را در نوزادان به دنبال مراقبت کانگورویی دیده‌اند. با این روش نه تنها وضعیت قلبی تنفسی و خواب نوزادان نارس بهبود می‌یابد، بلکه نوزادان آرام‌تر به نظر رسیده و از تماس با پوست والدین خود احساس رضایت می‌کنند. مراقبت کانگورویی برای والدین نیز از نظر روحی مزایای بی‌شماری دارد، چراکه به آن‌ها اجازه می‌دهد نقش فعال‌تری را در بهبودی نوزادشان بر عهده بگیرند و با کاهش اضطراب والدین، ارتباط عاطفی بین والدین و فرزندشان را تحکیم می‌بخشد. افزایش شیر مادر و بهبود روند تغذیه با شیر مادر باعث افزایش سریع‌تر وزن و تسریع رشد وی می‌شود. از مزایای تماس پوست با پوست، حفظ درجه حرارت بدن نوزاد و جلوگیری از کاهش آن است.

تغذیه در ساعت اول تولد نیز احتمال مرگ و میر نوزادان نارس را کاهش می‌دهد. بسیاری از والدین بهترین زمان برای شروع مراقبت کانگورویی را بلافاصله پس از تغذیه نوزاد خود می‌دانند. این اقدام می‌تواند کمک کننده باشد چرا که نوزاد به جای خوابیدن در وضعیت عمودی قرار می‌گیرد. در این حال مختصری شیب دادن به وضعیت

سیستم ایمنی بدن نوزادان نارس ضعیف است و ممکن است توانایی مقابله با بیماری‌های شایع دوران کودکی را نداشته باشد. بسیاری از این نوزادان پس از ترخیص از بیمارستان به علت عفونت‌های تنفسی که از اطرافیان به آن‌ها منتقل شده به بیمارستان بر می‌گردند.

نیازهای نوزاد نارس

دستگاه‌ها و فناوری‌هایی که نوزاد نارس را به خاطر بقا از مادر جدا می‌کند، مغز نوزاد را از احساساتی که برای رشد طبیعی‌اش نیاز دارد محروم می‌کند، بنابراین حضور مادر در کنار نوزاد و شروع مراقبت‌های تکاملی، با جلوگیری از تحریک بیش از حد سیستم‌های بینایی، شنوایی و بویایی و کاهش تحریکات نامناسب حس‌های مختلف در نوزادان نارس و ایجاد شرایطی مشابه زندگی داخل رحمی برای نوزاد ضرورت دارد. از جمله این شرایط می‌توان به کاهش نور و روشنایی محیط، کاهش صداهای اضافه از قبیل: خودداری از صحبت کردن کارکنان بالای سرنوزاد، دوری از صدای زنگ تلفن ثابت و همراه، جلوگیری از افتادن و کشیدن اشیاء روی زمین، باز و بسته کردن ملایم در انکوباتور، کاهش محرک‌های بویایی، تقویت حس چشایی و حس لامسه نوزاد و قرارگیری و وضعیت‌دهی مناسب به نوزاد اشاره کرد.

یکی از بهترین و عالی‌ترین راه‌های تأمین شرایط مناسب برای رشد نوزاد نارس، سرعت بهبودی

نوزاد، باعث تسهیل هضم می‌شود. از آن جا که دستگاه گوارش نوزاد هنوز تا حدی نارس است، اثر جاذبه باعث رفتن شیر به بخش‌های پایین دستگاه گوارش می‌شود. کاهش شیوع آنتروکولیت نکروران که در آن التهاب و تخریب روده باعث پارگی روده و عفونت خون می‌شود از مهم‌ترین منافع تغذیه با شیر مادر در نوزادان نارس است. تکامل سیستم عصبی در نوزادانی که با شیرمادر تغذیه می‌شوند بیشتر و بهتر انجام شده و باعث افزایش ضریب هوشی در این نوزادان می‌شود.

بهترین تغذیه برای نوزاد نارس شیر مادر خودش است. فواید ایمنی شناختی شیر مادر بر دستگاه گوارش و جنبه‌های روانی اجتماعی آن دارای اهمیت زیادی است.

تغذیه با شیر مادر ارتباط عاطفی مادر و شیرخوار را در نوزادان نارس بهبود می‌بخشد و احتمال کودک‌آزاری و غفلت از شیرخوار را کمتر می‌کند. شیر مادر دمای مناسب دارد و همیشه در دسترس است و مصرف آن برای خانواده و جامعه صرفه‌جویی در هزینه‌های بهداشتی را به همراه دارد. مادران شیرخواران نارس برای توانمند شدن جهت تغذیه شیرخوارشان، نیازمند کمک اختصاصی در زمینه تثبیت و تداوم تولید شیر، جمع‌آوری و ذخیره شیر و شیردهی فرزندشان هستند.

حضور پرسنل آموزش دیده و باتجربه در این مقطع تاثیر بسزایی در افزایش اعتماد به نفس، حس امیدواری و توانمندی والدین و به خصوص مادر خواهد داشت.

نتیجه‌گیری

اجرای مراقبت «خانواده‌محور» با تأکید بر حضور اعضای خانواده به ویژه پدر در کنار مادر بیش از روش‌های معمول مراقبتی منجر به بهبود عملکرد خانواده می‌شود. این مداخلات از نظر کاربردی کم‌هزینه، آسان و عملی هستند و شرکت مؤثر والدین در امر مراقبت از نوزاد در روند بهبودی و اثرات مثبتی خواهند داشت و آسیب‌ها و صدمات

ناشی از بستری شدن نوزاد نارس را به طور چشمگیری کاهش می‌دهند.

گرچه نوزادانی که نارس متولد می‌شوند در معرض مشکلات و بیماری‌هایی بیش از سایر کودکان هستند اما با مراقبت و پیگیری معاینات دوره‌ای بعد از ترخیص، با حوصله و صرف زمان‌های مناسب توسط پزشکان و پرستاران بخش مراقبت‌های ویژه نوزادان، مراقبان سلامت و بهورزان، برای آموزش والدین درخصوص اجرای مراقبت خانواده محور و کمک به توانمندسازی آنان برای مراقبت از این نوزادان، اغلب این شیرخواران رشد و تکامل طبیعی پیدا کرده و در بزرگسالی افراد سالم و موفق خواهند بود.

پیشنهادها

برگزاری کارگاه‌های آموزشی با محوریت مراقبت و نحوه برخورد با نوزاد نارس برای بهورزان، می‌تواند در راستای توانمندسازی والدین برای مراقبت از این نوزادان مؤثر باشد.

در کلاس‌های آمادگی برای زایمان علاوه بر آموزش شیردهی برای مادران باردار، سرفصلی نیز به منظور آشنایی والدین با نحوه مراقبت و برخورد با نوزاد نارس در نظر گرفته شود.

منابع

- یوسفی شیدا، قرنچیک عزیزه، عرب عامری فاطمه، کردی خدیجه. راهنمای تغذیه با شیر مادر برای پزشکان. چاپ دوم. اندیشه ماندگار ۱۳۹۷
- حبیب‌الهی عباس، حیدرزاده محمد، راوری محمود، زرکش محمدرضا. مراقبت و نگهداری از نوزادان نارس. چاپ اول. انتشارات پژوهاک آرمان. بهار ۱۳۹۳
- قاسمی مهین، دهداری طاهره، محقق‌پریسا، گوهری محمدرضا. وضعیت عملکرد مادران در زمینه مراقبت از نوزادان نارس. نشریه پرستاری ایران. دوره ۲۵. شماره ۷۹، دی ماه ۱۳۹۱ ص ۲۴-۳۳
- میلان محمد، نسیمی فاطمه. اثربخشی برنامه آموزشی مراقبت خانواده محور بر اضطراب مادران نوزاد نارس بستری در بخش مراقبت‌های ویژه نوزادان. نشریه پژوهش پرستاری ایران. دوره ۱۳ شماره ۳ مرداد و شهریور ۱۳۹۷
- نوری شادکام محمود، نوری شادکام زهرا، مراقبت از نوزاد نارس در منزل. چاپ اول. یزد: طب گستر ۱۳۹۳