

### شرح بیماری

نوزاد نارس به نوزادی گفته می‌شود که قبل از هفته ۳۷ بارداری متولد شود. در نوزادان کمتر از ۳۷ هفته کارکرد دستگاه‌های مختلف بدن تکامل کافی ندارد و برای تکامل نیاز به زمان می‌باشد. مثلاً در نوزادان نارس به خصوص با وزن کمتر از ۱۶۰۰ گرم دستگاه گوارش نمی‌تواند بخوبی عمل بلع، تخلیه شیر از معده، هضم و جذب شیر را انجام دهد. لذا نوزادان نارس نیاز به مراقبت‌های خاص دارند و والدین شیرخوار نارس بایستی اطلاعات کافی از نحوه مراقبت از نوزاد خود را کسب کنند.



### مشخصات نوزاد نارس

نوزادی که متولد می‌شود در صورتی که نارس باشد دارای مشخصات زیر است:

- ✓ وزن کمتر از ۲/۵ کیلوگرم
- ✓ اندازه کوچک بدن و اندازه بزرگ سر نسبت به کل بدن
- ✓ چربی کم زیر پوست و پوست نازک و براق و صورتی رنگ
- ✓ رگ‌های زیر پوست که قابل مشاهده اند.
- ✓ تعداد موهای کم بدن
- ✓ تعداد چین‌های کم در کف پا
- ✓ گوش بسیار نرم و بافت پستان رشد نیافته
- ✓ در نوزادان پسر ممکن است کیسه بیضه پایین نیامده باشد و یا کیسه بیضه، بسیار کوچک باشد.
- ✓ تنفس تند و ضعف در مکیدن شیر
- ✓ خواب بیش از حد

### علل تولد نوزاد نارس

علل تولد نوزادان نارس اغلب معلوم نیست. با این حال تولد نوزاد نارس در میان زنان کم سن و زنان میانسال بیشتر می‌باشد. به طور کل موارد زیر باعث افزایش وقوع تولد نوزاد نارس می‌شود:

- ✓ مصرف الکل، سیگار، مواد مخدر، داروهای غیرمجاز حین بارداری
- ✓ شیوه زندگی مدرن (قرار گرفتن در معرض امواج)
- ✓ اشتغال مادر
- ✓ استرس و فشارهای روحی روانی
- ✓ وضعیت اقتصادی پایین (کم در آمد) و تغذیه نامناسب در بارداری
- ✓ عدم مراقبت کافی در طول بارداری
- ✓ جنین‌های چندقلو
- ✓ عفونت واژن یا مهبل، عفونت دستگاه ادراری و بیماری‌های مقاربتی در طول دوران بارداری

### پیشگیری از تولد نوزاد نارس

مادران باردار برای پیشگیری از تولد نوزاد نارس لازم است موارد زیر را رعایت نمایند:

- ✓ مادر باردار باید رژیم غذایی مناسب داشته باشد.
- ✓ از مصرف مواد مخدر و الکل و دخانیات خودداری کند.
- ✓ اگر درد زایمان در خانم بارداری زودتر از موعد مقرر فرا رسید، باید سریعاً به پزشک خود اطلاع دهد و در صورت صلاحدید پزشک، زایمان را با متوقف کردن انقباض‌های رحم به تعویق بیندازد.
- ✓ بارداری‌ها باید با برنامه ریزی و مادر سه ماه پیش از بارداری زیر نظر متخصص زنان یا ماما باشد.
- ✓ مراقبت‌های بارداری به صورت دوره‌ای و منظم و اقدامات غربالگری و مشاوره‌های ژنتیک در صورت لزوم نیز اقدامات آزمایشگاهی و تصویربرداری (سونوگرافی، بیوفیزیکال و ...) طبق نظر متخصص زنان انجام شود.
- ✓ زایمان باید در بیمارستان مجهز صورت گیرد که در صورت وجود مشکل برای مادر و نوزاد، امکانات لازم برای نوزاد نارس فراهم باشد.

## ❖ مشکلات نوزاد نارس

نوزادی که به صورت نارس متولد می شود دارای مشکلاتی به صورت زیر می باشد:

- ✓ مشکلات شنوایی و بینایی و تنفسی
- ✓ اختلالات یادگیری را در سنین بالاتر
- ✓ در نوزادان نارس، اندام های بدن مثل ریه و مغز و سیستم ایمنی کامل رشد نکرده اند و در تنظیم حرارت بدن و تنظیم سطح قند خون، دچار مشکل هستند.
- ✓ خونریزی داخل بطنی مغزی
- ✓ نیمی از نوزادان متولد شده که در هفته ۲۴ تا ۲۸ بارداری به دنیا می آیند، نوعی معلولیت دارند.

## ❖ 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 یا (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 (انکوباتور) قرار می گیرند و گرما برایشان فراهم می شود و یا توسط نور لامپ گرم کننده ای که به سمت تخت نوزاد می تابد، گرمای بدنشان تامین می شود.
- ✓ 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 بررسی و درمان قرار می گیرند.
- ✓ بسیاری از نوزادان نارس با کم خونی و کاهش فشار خون روبرو هستند که در بخش مراقبت ویژه تزریق خون و مایعات انجام می شود.

## ❖ معیارهای ترخیص از بخش مراقبت های ویژه

زمان ترخیص شیرخوار را، پزشک با توجه به معیارهای زیر مشخص می کند:

- ✓ آنتی بیوتیک ها و سرم قطع شده باشد.
- ✓ شیرخوار حجم کافی شیر را با مکیدن دریافت کند.
- ✓ نوزاد سابقه ای از تشنج و مشکلات تنفسی طی روزهای اخیر نداشته باشد.

## ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ در هر زمانی که نوزاد دارای علائمی مانند تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ های مکرر، بی حالی و یا تشنج و.. شد، بایستی سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ اولین معاینه نوزاد بایستی ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از ترخیص صورت گیرد. مراجعات بعدی هر هفته یک بار است، تا زمانی که وزن نوزاد به ۲۰۰۰-۲۵۰۰ گرم برسد. پس از آن طبق نظر پزشک مراجعات دو هفته یک بار و سپس ماهیانه می باشد.