

نام و نام خانوادگی:	تاریخ پذیرش:	تشخیص:	پزشک معالج:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:			
مراقبت در منزل :			
<ul style="list-style-type: none"> - این نوزادان در مقایسه با نوزادان رسیده، تعداد دفعات بیداری بیشتری داشته، لذا در این مورد نگران نباشید. - بهتر است که برای معاینات دوره‌ای و واکسیناسیون منظم با مراکز بهداشتی یا پزشک خود به صورت منظم در ارتباط باشید. - مراقب باشید که نوزاد روی شکمش نخوابد. - از قرار دادن نوزاد در کنار بخاری، رادیاتور شوفاژ، جریان باد کولر و یا پنکه و یا تابش مستقیم آفتاب پرهیز شود. - لازم است شیرخوار پوشش مناسب داشته باشد. معمولاً پوشاندن کلاه، جوراب و دستکش در روزها و حتی هفته‌های اول بعد از ترخیص، به خصوص در فصول سرد سال توصیه می‌شود. - کنترل درجه حرارت نوزاد (درجه حرارت مناسب بدن نوزاد با تب گیر زیر بغل ۳۶ تا ۳۶/۵ سانتی‌گراد) بهترین راه پرهیز از مشکلات گرما و سرما می‌باشد. - به دلیل ضعف جسمانی که دارند، نیازمند صبر و حوصله بیشتری برای تغذیه می‌باشند و لذا ممکن است مجبور شوید حتی ساعت‌ها برای تغذیه او وقت بگذارید. - 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. - شیرتان را در فواصل منظم حدود ۶ تا ۸ بار در روز بدوشید تا سینه‌تان تحریک به تولید شیر شود. - خیس بودن کهنه و وزن گیری روزانه ۲۰ تا ۳۰ گرم یا هفته‌ای ۱۵۰ تا ۲۰۰ گرم بهترین معیار برای وزن‌گیری مناسب است. - 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 نارسی شبکیه چشم قرار دارند. که در صورت عدم درمان ممکن است سبب نابینائی شود. لذا این نوزادان باید در ۴ تا ۶ هفته‌گی 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.

- داروهایی که پزشک دستور می دهد را مرتب و سر وقت به نوزاد بدهید و از قطع آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در صورت صلاحدید پزشک جهت معاینه نوزاد توسط پزشک ، ارزیابی شنوایی، سونوگرافی مغز و لگن اقدام شود.
- از تماس کسانی که دارای عفونت مجاری تنفسی و سرما خورده هستند با نوزاد جلوگیری کنید. بوسیدن نوزاد ممکن است باعث انتقال بیماری ها به نوزاد نارس شود.
- بهتر است در ماه های اول زندگی نوزاد نارس از مسافرت های طولانی و حضور در میهمانی های شلوغ پرهیز شود.
- از کمک اعضاء خانواده در مراقبت از نوزاد خود استفاده کنید.
- چون نوزادان نارس ظرفیت محدودتری برای بهبودی و رشد دارند مراقب باشید در خواب نوزاد اختلال ایجاد نشود.
- نباید نوزاد به وسیله سر و صدای محیط، نور و لمس بیش از حد تحریک شود.
- زمانی که نوزاد رسیده تر شد و شرایط جسمی با ثبات تری پیدا کرد می توانید دوره های منظم مراقبت کانگورویی قراردادن نوزاد روی شکم مادر و ماساژ را برای او انجام دهید.
- مسئولیت مراقبت از نوزاد بر عهده شما می باشد و بنابراین لازم است از آمادگی لازم برای ایجاد مهارت های زیر برخوردار باشید:
- احیاء قلبی، ریوی نوزاد و مراقبت های اساسی از نوزاد و نحوه استفاده از دارو و تجهیزات پزشکی در منزل

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- علائمی مانند تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ های مکرر، بی حالی و یا تشنج و ...
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی