

# فصل ۱۵

## هفته‌های اول بعد از ولادت

### درین فصل

۲۶۹.....	برای مادر چه باید کرد	۲۶۹.....	کمک به مادر تا از خود مواظبت نماید
۲۷۳.....	پاهای مادر سرخ، سخت و متورم است	۲۷۰.....	مراقبت از رحم مادر و خونریزی
	آمدن ادرار و مواد غایبه بصورت	۲۷۱.....	مراقبت از مادر بخاطر علایم انتان رحم
۲۷۳.....	غیرارادی	۲۷۲.....	مراقبت از مادر بخاطر علایم انتانات مهبل
۲۷۴.....	حمایت عاطفی از خانم	۲۷۳.....	مراقبت بخاطر سایر علایم خطر
۲۷۴.....			
۲۷۷.....	توجه به علایم انتان		برای طفل چه باید کرد
۲۷۸.....	تیتانوس		تشویق طفل برای تغذی از پستان مادر و توجه
۲۷۸.....	سینه و بغل	۲۷۴.....	به این که چگونه رشد می‌کند
۲۷۹.....	منجیت	۲۷۵.....	طفل علایم دیهایدریشن دارد
	مراقب بودن به رنگ جلد و به چشم‌های		طفل بصورت نارمل وزن نگرفته و رشد
۲۷۹.....	طفل	۲۷۶.....	نمی‌نماید
		۲۷۷.....	مواظبت از بندناف

## هفته‌های اول بعد از ولادت



در چند روز و چند هفته اول بعد از ولادت، بدن مادر شروع می‌کند به شفایابی مجدد. رحم وی باید کوچکتر شده و خونریزی توقف نماید. شیر وی باید جاری شود. طفل باید تغذی از پستان مادر را بیاموزد و وزنش شروع به افزایش نماید. طفل و مادر هنوز از مزایای مواظبت‌های بعد از ولادت شما مستفید می‌گردند. آنها را اقل ۲ دفعه ملاقات نمایند - یک روز بعد از ولادت و اقل در هفته بعدی. در صورتی که آنها را بیشتر ملاقات نمائید، مشکلات بیشتری را وقایه خواهید نمود. هرگاه کدام علامه از یک مشکل را نزد مادر و یا طفل ملاحظه می‌نمائید، هر روز آنها را ملاقات کنید.

### برای مادر چه باید کرد

مادران بعد از ولادت به اندازه اطفال به مواظبت نیاز دارند، اما اکثراً آنها درخواست مواظبت نمی‌کنند. به خانواده یادآوری کنید که به شفایابی مادر بعد از ولادت کمک کنند.

### کمک به مادر تا از خود مواظبت نماید

بعد از ولادت مادر خسته و مانده بوده و رحم وی باز می‌باشد. خیلی آسان است که درین مرحله مصاب به انتانات گردد، اما می‌توان وی را صحتمند نگه داشت به وسیله:

- دریافت استراحت کافی.
- خوردن انواع مختلف غذاهای مغذی (صفحات ۳۳ الی ۴۲ رابینید).
- نوشیدن مایعات زیاد.
- پاک ماندن - شستن دست‌ها، ناحیه تناسلی و پستان‌ها.

در بعضی فرهنگ‌ها، بعد از ولادت زنان با نوزادان خود برای ۲ هفته یا بیشتر باید در بستر استراحت نمایند. این یک رسم و رواج سالم است، زیرا به مادر کمک می‌کند تا صحت خود را باز یابد، کمک می‌نماید تا مادر و طفلش باهم نزدیک باشند و مادر را از جراثیم خارج از خانه محافظت می‌نماید. در صورت امکان، مادر نباید تا حدود ۶ هفته کارهای ثقیل را انجام دهد. مگر باید اطمینان حاصل نموده که مادر حتی اگر بیشتر اوقات در بستر است، باز هم روزانه اندکی قدم می‌زند. به خانم و شوهرش خاطر نشان سازید که از مقاربت در دوره نفاس یا تا زمانی که خونریزی کاملاً متوقف نگردیده خود داری نمایند. همچنان خود را متیقن سازید که در مورد تنظیم خانواده برای زن و شوهر معلومات داده اید، زیرا ممکن است بزودی خانم دوباره حامله گردد.

## مراقبت از رحم مادر و خونریزی

**علامه صحت‌مندی:** بعد از ولادت خونریزی باید به اندازه عادت ماهوار نارمل یا کمتر از آن باشد. خونریزی خانم باید بعد از ۲ الی ۳ هفته توقف نماید، ولی گاهی طولانی‌تر شده ممکن است تا ۶ هفته

دوام نماید.

رحم وی باید سخت بوده و با گذشت هر روز کوچک و کوچکتر شود. این چارت را ببینید تا دریابید که قسمت بالایی رحم بعد از تولد طفل در کجا باید قرار گیرد.

### علامه خطر:

- رحم نرم یا کلان احساس می‌شود.
- مادر خیلی زیاد خونریزی دارد.
- مادر علامه شاک را دارد

### رحم مادر

اگر رحم مادر نرم گردد، آن را آنقدر مالش دهید تا سخت شود (صفحه ۲۲۴ را ببینید). برای خانواده زن نشان دهید تا در زمانی که شما آنجا نیستید، چگونه رحم را مالش دهند. از مادر بخواهید تا به دفعات زیاد طفل را از پستان تغذی نماید و مراقب خونریزی بیش از حد باشد. همچنان رحم خود را لمس کند تا اطمینان حاصل نماید که خورد شده می‌رود. فوراً بعد از تولد طفل رحم حدوداً در نقطه وسط بین استخوان عانه و ناف قرار می‌گیرد و باید بعد از آن هر روز کوچکتر شده برود.

### مادر خونریزی دارد

اگر بیشتر از ۱ تکه را در يك ساعت، با خون مملو سازد، احتمالاً خونریزی مادر بسیار زیاد است. رحم را ماساژ دهید تا تقلص نماید. به خانواده خاطر نشان سازید که مادر به استراحت بیشتر ضرورت دارد. کار زیاد اکثراً خونریزی بعد از ولادت را بسیار افزایش می‌دهد.



اگر این روش‌ها مؤثر نبود، برای توقف خونریزی از دواها استفاده نمائید (صفحه ۲۳۱ دیده شود).

هرگاه خونریزی دوام نمود، یا اگر مادر علامه شاک را داشته باشد، فوراً کمک طبی بگیرید.

## مراقبت از مادر برای علایم انتان رحم

علایم صحتمندی: درجه حرارت نارمل بدن - در حدود ۳۷ درجه سانتی گرید یا ۹۸,۶ درجه فارنهایت

### علایم خطر:



- تب، ۳۸ درجه سانتی گرید (۱۰۰,۴ درجه فارنهایت) ویا بیشتر.
- لرزه
- نبض سریع
- خونریزی شدید.
- بوی بد از ناحیه تناسلی ویا خونریزی
- درد شکم
- احساس ناخوشی و مریضی

اگر مادر هر یکی از این علایم را بعد از ولادت داشته باشد ممکن است مصاب انتان رحم باشد. انتانات رحم بسیار خطرناک اند - می‌توانند به سرعت خانم را از بین ببرند.

در صورت امکان، خانمی که مصاب انتانات رحم است باید فوراً به مرکز صحتی انتقال گردد. می‌تواند تست گردد تا دانسته شود که کدام انتی‌بیوتیک سبب علاج وی می‌شود. هرگاه نتوانید کمک طبی بگیریید، خانم را در خانه تداوی کنید.

### دادن انتی‌بیوتیک در خانه

از آنجایی که شما به یقین نمی‌فهمید که چه نوع میکروبی سبب انتان رحم شده است، لذا ضرورت خواهید داشت که ۴ انتی‌بیوتیک را برای کشتن انواع زیاد میکروب‌ها بدهید. اگر همه این انتی‌بیوتیک‌ها را نداشته باشید، باز هم می‌توانید ۱ یا ۲ نوع آن را به خانم بدهید و این بهتر از آنست که هیچ انتی‌بیوتیک ندهید. دادن انتی‌بیوتیک‌ها را تا زمانی ادامه دهید که علایم انتان برای ۲ روز قبل از بین رفته باشد. این ممکن است در مجموع ۵ روز دوام کند.



### برای تداوی انتان رحمی

- زرق ۲ گرم امپی‌سلین ..... زرق عضلی و بعداً مقدار به ۱ گرم کاهش یافته و ۴ دفعه در روز داده شود

و

- زرق ۸۰ ملی‌گرم جنتامایسین ..... در عضله، ۲ دفعه در روز

و

- مقدار ۵۰۰ ملی‌گرم ..... از طریق دهن، ۳ دفعه در روز
- دادن انتی‌بیوتیک را تا زمانی ادامه دهید که شخص برای مدت ۴۸ ساعت بدون تب باشد، بعداً انتی‌بیوتیک‌های زیر داده شود.

- مقدار ۱۰۰ ملی‌گرم دوکسی‌سیکلین ..... از طریق دهن، روزانه ۲ دفعه برای ۱۰ روز، و
- مقدار ۵۰۰ ملی‌گرم ..... از طریق دهن، ۳ دفعه در روز برای ۱۰ روز،

ویا

- یک تابلیت از اموکسی‌سیلین ۵۰۰ ملی‌گرم + ۱۲۶ ملی‌گرم کلاوولانیک اسید ... از طریق دهن، ۳ دفعه در روز برای ۱۰ روز

**اخطار!** اگر خانم در ظرف ۱ تا ۲ روز احساس بهبودی نداشت، ممکن است پارچه‌هایی از پلاستیک هنوز در رحم وی مانده باشد. ضرورت است تا اینها برداشته شود. به دادن انتی‌بیوتیک برای خانم ادامه داده و خانم را به شفاخانه انتقال دهید.



## مراقبت از مادر برای دریافت علایم انتان مهبل

**علایم صحتمندی:** پارگی‌های مهبل در حال التیام بوده و جلد پندیده و گرم نیست.

### علایم خطر:

- موجودیت درد مهبل
- آمدن چرك یا موجودیت بوی بد مهبل
- پندیدگی، سرخی و یا يك برجستگی سخت در مهبل

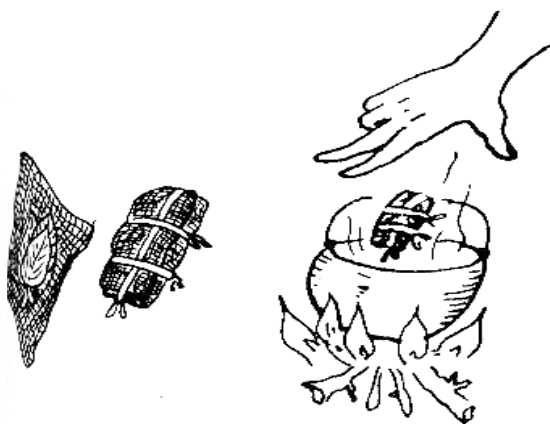


انتان مهبلی به اندازه انتان رحم خطرناک نمی‌باشد. شستن دست‌ها را انجام دهید، دستکش بپوشید و مهبل خانم را ببینید. اگر هریک از علایم خطر شامل لست را دریافت نمودید، خانم احتمالاً مصاب انتان است. در صورتی که چرك را ملاحظه نمودید، معاینه کنید تا اطمینان حاصل شود که چرك از بالا داخل مهبل نمی‌شود. اگر از بالاتر داخل مهبل شود، ممکن است خانم مصاب انتان رحم باشد.

اگر چرك از يك برجستگی سخت و یا پارگی مهبل خانم باشد، کمک طبی بگیرید، و یا رهنمائی زیر را برای تخلیه چرك تعقیب نمایید.

### برای تخلیه چرك

گذاشتن يك تکه گرم و مرطوب معمولاً چرك را بخارج می‌کشد.



### اگر زخم یا جرحه باز باشد

یک تکه معقم را که با آب جوش داده شده گرم مرطوب شده باشد روی ناحیه منتن بگذارید. اگر بعضی گیاهان دارویی را می‌شناسید که در خارج ساختن چرك مؤثر است، آنها را در بین یک تکه یا گاز معقم بپیچانید، تکه را بسته کنید تا پارچه‌های گیاه بیرون نریزد. این گیاهان پیچانیده شده را بجوشانید، بگذارید که کمی سرد گردد و بعد آن را بالای ناحیه انتانی فشار دهید.

### اگر يك برجستگی سخت را در زیر پوست احساس می‌کنید

هرگاه يك برجستگی سخت را احساس نمودید، احتمالاً چرك و خون است که در زیر جلد محبوس مانده است. برجستگی را هر روز معاینه کنید. در صورتی که دردناک بوده و یا بزرگتر شده برود، کمک طبی بگیرید.

## مراقبت از مادر بخاطر سایر علایم خطر

### پاهای مادر سرخ، سخت و متورم است



**علایم خطر:** نادراً بعد از ولادت در رگهای پا یک لخته خون بوجود می‌آید. علایم آن عبارتند از:

- تورم و گرمی يك ساق و یا قدم
- درد پا در هنگامی که فشار داده شده و یا قدم بزنند.
- بعضی اوقات یک پا متورم بوده درحالی که پای دیگر ورم ندارد. يك ساحه سرخ و دردناک در يك پا.
- يك برجستگی دردناک در پا.

لخته خون داخل رگها بسیار خطرناک است. اگر این لخته خون جدا شده و با جریان خون حرکت نماید، می‌تواند سبب مشکلاتی در سایر قسمت‌های بدن گردد. طورمثال: لخته خون می‌تواند داخل شش رفته و تنفس را برای مریض ناممکن سازد. هرگاه خانم يك علامه لخته شدن خون را داشته باشد، فوراً کمک طبی بگیرید. در مسیر راه، خانم باید دراز کشیده بوده و پاهایش بالاتر از سرین نگه داشته شده و کوشش گردد تا بی‌حرکت بماند. تکه‌های گرم را در ناحیه متورم بگذارید، مگر آن را مالش یا ماساژ ندهید. برای تسکین درد آسپرین بدهید.



لخته خون ممکن به شش‌های خانم انتقال شده و تنفس را ناممکن سازد.

### تراوش یا آمدن ادرار یا مواد غایبه بصورت غیرارادی

زمانی که ادرار یا مواد غایبه بصورت غیرارادی تراوش نماید، ممکن است يك سوراخ از مثانه و یا روده‌ها بداخل مهبل موجود باشد، به این حالت فستول گفته می‌شود. این سوراخ در زمان ولادت از سبب تحت فشار سخت و دوامدار جدار مهبل بین مثانه و یا روده مستقیمه (رکتوم) توسط سر طفل، بوجود آمده است. فشار سر طفل به اندازه زیاد بوده که جلد جدار مهبل تخریب گردیده و يك سوراخ در ظرف ۳ تا ۱۲ روز بعد از ولادت بوجود آمده است.



فستول سبب تراوش ادرار می‌شود

فستول‌ها اکثراً قابل علاج هستند. يك فستول کوچک ممکن است خود بخود بسته شده و التیام یابد: خانم باید مقدار زیادی مایعات بنوشد و در يك تشت آب پاك گرم برای ۱۵ دقیقه چندین دفعه در روز بنشیند (صفحه ۳۲۵ دیده شود). اگر به خانم تیوب ادرار (کتیتر) به مدت ۳ هفته تطبیق گردد، ادرار از فستول دور شده و امکان التیام آن افزایش می‌یابد.

يك فستول بزرگ و جدی ضرورت به ترمیم توسط عملیات جراحی دارد. شفاخانه‌هایی وجود دارند که این عملیات را انجام داده می‌توانند - اکثراً ۳ ماه بعد از ولادت این عملیات صورت می‌گیرد. به مادر کمک نمائید تا به يك مرکز صحی جهت دریافت کمک مراجعه نماید.

### فستول قابل و قایه و پیش‌گیری است

فستول زمانی بوجود می‌آید که ولادت يك خانم بسیار طولانی گردد. در صورتی که ولادت خانم برای چندین ساعت دوام نمود، انتظار نکشید. کمک طبی بگیرید. برای آموزش بیشتر در مورد وقایه از فستول، صفحه ۲۲ دیده شود.

## حمایت عاطفی از خانم

حمایت عاطفی از خانم بسیار بااهمیت است. آن رسم و رواج‌ها یا مراسم مذهبی که به خانمی که ولادت نموده احترام و عزت داده و یا از ولادت تجلیل می‌نمایند، یکنوع سپاس‌گذاری از زحمات‌تست که خانم برای تولد طفل متحمل گردیده است.

### چه باید کرد اگر مادر بسیار برافروخته و یا غمگین (افسرده) باشد

اغلب خانم‌ها بعد از ولادت احساسات و عواطف قوی دارند. بعضی‌ها احساس غم، تشویش، ناتوان و یا بی‌علاقگی به همه چیز دارند. شما با گوش دادن و گفتن به خانم (و خانواده خانم) و آگاه ساختن شان از این نوع احساسات معمول هستند، به آنها کمک کرده می‌توانید. به خانم کمک کنید تا حمایت به دست آورد. زمانی که این احساسات بسیار قوی باشند و یا بیشتر از ۲ هفته دوام کنند، به آن افسردگی (دپریشن) گفته می‌شود. خانمی که افسردگی دارد برای مواظبت از خانه و خانواده به کمک نیاز دارد و همچنان نیاز به کمک دارد تا این احساس بدبختی را از خود دور سازد.

خانواده خانم را تشویق کنید تا متوجه طفل باشند تا خانم بتواند استراحت نماید. حرکت دادن بدنش هر روز می‌تواند به تغییر مزاج و خوابش کمک کند. مطمئن شوید که خانم غذای خوب و مغذی می‌خورد و هرگاه نتواند خوب غذا بخورد او را به مراجع کمک دهنده وصل سازید. هرگاه دعاها و داروهای سنتی در محل شما برای این حالت استفاده می‌شود، در مورد آنها و دواهای مدرن کاوش و جستجو کنید. دواهای که برای افسردگی استفاده میشوند برای یکتعداد افراد مؤثر می‌باشند اما برای همه مؤثریت ندارند.

زنان اگر فشارهای دیگری در زندگی داشته باشند (مانند تشویش در مورد پول)، اگر برای این حاملگی برنامه نداشته بوده باشند و اگر همین نوع احساسات را بعد از ولادت‌های قبلی هم داشته بوده باشند، بیشتر امکان دارد که این احساسات را تجربه کنند.



## برای طفل چه باید کرد

### طفل را تشویق نمائید تا تغذی از پستان را شروع نموده و متوجه رشد وی باشید



از اولین ساعت بعد از ولادت، طفل باید هر چند ساعت بعد، از پستان تغذی شود. طفلی که به اندازه کافی از پستان تغذی شود و سالم باشد، باید در جریان ۲۴ ساعت اول بعد از ولادت و بعد از آن بصورت منظم ادرار و دفع مواد غایطه داشته باشد. او نباید علائم ضیاع مایعات (دیهایدریشن) داشته باشد و باید وزن بگیرد. طفل را گرم نگه داشته و باوی بازی کنید.

### طفل علايم ضياع مايعات (ديهيدریشن) دارد

اگر طفل به اندازه کافی از پستان تغذی نگردد، اگر طفل اسهالات و یا استفراغ داشته باشد، و یا اگر طفل تب داشته باشد، می‌تواند ديهيدریشن پیدا نماید. ديهيدریشن زمانی پیدا می‌شود که مقدار کافی آب در بدن وجود نداشته باشد. این حالت بسیار خطرناک بوده و می‌تواند سبب مرگ طفل شود.



علايم ضياع مايعات (ديهيدریشن) این‌ها اند:

- شیردان‌های فرو رفته
- چشم‌های فرو رفته
- دهن خشک و لب‌های ترکیده.
- ادرار کردن کمتر از ۴ دفعه در روز
- ادرار به رنگ تیره
- نبض و تنفس سریع
- جلد الاستیکیت ندارد.



برای معاینه الاستیکیت جلد، ابتدا یک چنك از جلد ساعد خود بگیرید و آن را رها سازید. توجه کنید که به چه سرعتی دوباره جلد به حالت نارمل بر می‌گردد. بعد از جلد شکم طفل یک چنك گرفته و رها سازید. هرگاه جلد شکم طفل بسیار آهسته‌تر از جلد خودتان بحالت نارمل برگشت، طفل ديهيدریشن دارد.


### برای کمک به طفل مصاب ديهيدریشن

مادر را تشویق نمایید تا دفعات تغذی از پستان را برای طفل افزایش دهد - هر ۱ تا ۲ ساعت. همچنان به طفل مايعات تعویض کننده آب وجود بدهید (صفحه ۱۶۰ دیده شود) - چند قطره هر دقیقه تا زمانی که طفل بهبود یابد.

ديهيدریشن می‌تواند از سبب انتانات نیز بوجود آید (صفحات ۲۷۷ الی ۲۷۹ را ببینید). اگر تا ۴ ساعت طفل بهتر نشود، کمک طبی در یافت نمایید.

### تغذی از بوتل سبب ديهيدریشن می‌گردد

یکی از دلایل بسیار شایع ديهيدریشن و اسهال در نزد اطفال تغذی با شیر پودری در بوتل است. در صورت امکان باید طفل از پستان مادر تغذی گردد. اگر این کار بنا به هر دلیلی امکان ندارد، خانواده باید از آب کاملاً پاک و مقدار صحیح ترکیبات شیر پودری استفاده نمایند. بوتل و چوشك (پستانك) باید جوش داده شوند تا بی‌خطر گردند. صفحه ۲۸۱ برای آموزش بیشتر در مورد ترکیبات شیر پودری دیده شود..





### طفل وزن نگرفته و بصورت نارمل رشد نمی‌کند

باختن وزن در چند روز اول بعد از تولد برای طفل نارمل است. اما باید در ظرف ۲ هفته بعد از ولادت دوباره وزن زمان ولادت را گرفته و به گرفتن وزن بصورت ثابت ادامه دهد. طفلی که وزن نگرفته و به اندازه کافی رشد ندارد شاید شیر کافی نمی‌گیرد. همچنان ممکن است مصاب انتان، اسهال و یا مشکلات صحتی دیگری باشد. به دفعات تغذی طفل از پستان توجه نمائید. مادر باید هر زمانی که طفل تقاضا دارد و برای هر مدتی که می‌خواهد، او را از پستان خود تغذی نماید - اقلاً هر ۲ تا ۳ ساعت حداقل برای ۲۰ دقیقه، تا زمانی که پستان تخلیه گردد. اگر طفل نخواهد که زود شیر بخورد، احتمالاً مریض است. دفعتاً او را به يك مرکز صحتی ببرید.

مراقب صحت مادر باشید. در صورتی که مادر مریض بوده و یا مقدار کافی غذا و مایعات نگیرد، ممکن احساس کند که طفلش خوب تغذی نمی‌شود. خانواده را تشویق نمائید تا مواظب مادر بوده و برایش غذای اضافی بدهند. و مادر را تشویق کنید که برای HIV تست شود.

فصل ۱۶ برای آموزش در مورد تغذی از پستان دیده شود. اگر طفل رشد ندارد، مشوره طبعی بگیرید.

### طفل استفراغ دارد

بیشتر اطفال يك مقدار کم شیر خوردگی را استفراغ می‌نمایند. اکثراً این استفراغ بشکل ریختن شیر از دهن، خصوصاً بعد از شیر خوردن می‌باشد.

اگر بعد از هر مرتبه شیر خوردن، استفراغ بصورت فورانی از دهن طفل خارج گردد، ممکن مصاب انتان بوده و یا چیزی مانع رسیدن شیر خورده شده به معده طفل می‌گردد. مشوره طبعی بگیرید.



### تشویق معافیت یا تطبیق واکسین‌ها

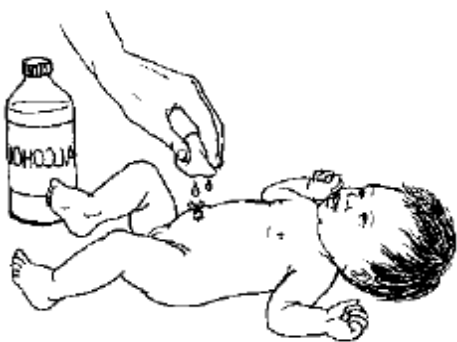
واکسین‌های ایمنی اطفال را از بسیاری امراض خطرناک محافظت می‌نماید. مهمترین واکسین‌ها برای اطفال نوزاد عبارتند از: DPT (برای دیفتري، سیاه سرفه و تیتانوس)، واکسین فلج اطفال یا پولیو، واکسین زردی سیاه یا هیپاتیت B، واکسین BCG برای وقایه از توبرکلوز و در بعضی ممالک همچنان واکسین Hib برای انفلوآنزا، واکسین PCV (واکسین پنوموکوک برای سینه و بغل) و واکسین RV (Rotavirus) می‌باشد. هر مملکت لست واکسین‌ها و تقسیم اوقات خود را برای تطبیق واکسین‌ها دارند. در اکثر ممالک منجمله افغانستان واکسین‌ها رایگان تطبیق می‌گردند. واکسین BCG در افغانستان فوراً بعد از تولد و تطبیق دیگر واکسین‌ها معمولاً از يك و نیم ماهگی طفل شروع می‌گردند. مادر را تشویق نمائید که طفل خود را به نزدیکترین مرکز صحتی جهت واکسین نمودن ببرد.



### اگر مادر مبتلاً به HIV باشد طفل به دوا نیاز دارد

دادن دواهای ART سبب می‌شود که طفل يك خانمی که HIV دارد از مصاب شدن به HIV محافظه گردد. دوا باید در ظرف ۷۲ ساعت بعد از تولد شروع شوند. برای معلومات بیشتر به صفحه ۴۹۵ مراجعه نمائید. همچنان زمانی که طفل به ۶ هفتهگی برسد، یک دواي دیگری را که بنام کوتریموکسازول یاد می‌شود، بخاطر وقایه از انتانات باید بگیرید. صفحه ۴۸۱ را ببینید.

### مواظبت بندناف



بندناف را با ملایمت و مهربانی پاک کنید

برای وقایه از انتانات، بندناف باید پاک و خشک نگه داشته شود. برای خانواده نشان دهید که چگونه از بندناف مواظبت نمایند:

- همیشه دست‌های خود را قبل از تماس با بندناف خوب بشوئید.
- اگر بندناف کثیف شده و یا مقدار زیاد خون خشک شده روی آن باشد، آنرا با صابون و آب جوش داده (که سرد شده باشد)، یا الکل طبی یا با جنشن ویولت بشوئید. با ملایمت رفتار کنید.
- هیچ چیز دیگری را بالای بندناف نیاندازید - بخصوص کثافات و مواد فاضله حیوانات خطرناک اند.
- اگر در محل زندگی شما تعداد زیادی مگس وجود دارد، شاید بهتر باشد بندناف را با یک تکه پاک بپوشانید. مگر معمولاً باید پوشیده نشود.

بندناف معمولاً ۵ الی ۷ روز بعد از تولد از طفل جدا می‌شود. شاید قطراتی از خون و یا مخاط نیز در زمان جدا شدن بندناف بریزد. این نارمل است. اما اگر مقدار خون زیاد بوده و یا چرك دیده شود، کمک طبی بگیرید.



### توجه به علائم انتان

#### علائم خطر:

- طفل خیلی ضعیف یا مانده بنظر رسیده و یا تغذی از پستان را توقف دهد.
- طفل اسهال دارد.
- طفل گرم نمی‌شود، حتی زمانی که با کمپل و لباس گرم پوشانیده شود.
- طفل تب بالاتر از ۳۸ درجه سانتی‌گرید (یا ۱۰۰,۴ فارنهایت) دارد.
- طفل ضربان قلب ضعیف و سریع دارد.
- طفل به سختی و بیشتر از ۶۰ فی دقیقه نفس می‌کشد.
- طفل مریض و ناخوش بنظر می‌آید.

### انتان بندناف

منتن شدن بندناف طفل بیشتر از اثر داخل شدن جراثیم مرضی از نهایت قطع شدگی آن بوقوع می‌پیوندد. زمانی که بندناف انتانی شود، سرخ گردیده، افرازات چرکی داشته، گرم بوده و بوی بد خواهد داشت. در صورتی که این علائم خفیف باشد، با پاک نمودن و گذاشتن جنشن ویولت روزانه ۲ دفعه تداوی را شروع نمایند. اگر بعد از ۱ یا ۲ روز بهبود نیافت و یا بدتر شد، دواهای چوکات صفحه ۲۷۹ به طفل داده شده و کمک طبی بگیرید.



در صورتی که بدنناف با يك وسیله غیر معقم قطع شده باشد و یا اگر بالای بدنناف کثافات یا مواد فاضله حیوانات گذاشته شده باشد، ممکن است طفل مصاب تیتانوس شود. حتی با مواظبت بسیار خوب و دادن دواها، بیشتر اطفال مصاب تیتانوس فوت می‌نمایند.

برای وقایه از تیتانوس، زنان حامله باید واکسین شوند (صفحه ۱۰۲ دیده شود) و بدنناف بصورت پاک قطع و نگه داری شود.

يك طفل مصاب تیتانوس اکثراً شخ بوده، سر طفل بطرف عقب خمیده می‌باشد. طفل بسیار حساس بوده و عکسات یا ریفلکس‌های بسیار قوی خواهد داشت. عکسات طفل را جهت دریافت علایم تیتانوس معاینه نمایند:

اگر به شدت چمپ کند، ممکن است طفل تیتانوس داشته باشد.

در صورتیکه پا کمی چمپ کند، عکس العمل نارمل است.

بگذارید پای طفل آزادانه آویزان باشد و با امپلق یا انگشت در قسمت پائینتر از عینک زانو ضربه بزنید.



در صورتی که علایم تیتانوس مشاهده شد، فوراً کمک طبی گرفته شود.



هرگاه کمک طبی بیشتر از ۲ ساعت فاصله داشته باشد

- به مقدار ۱۰۰۰۰۰ واحد بنزاتین بنزایل پنسیلین ..... در قسمت وسطی خارجی عضله ران طفل، فقط ۱ دفعه زرق نمایند

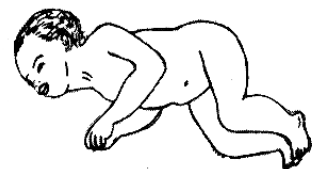
### سینه بغل (انتان شش)

انتانات می‌تواند شش‌های طفل را مصاب سازند که سبب سینه بغل (پنومونیا) می‌شود. این حالت زمانی بیشتر معمول است که خریطه آب بیشتر از ۲۴ ساعت قبل از تولد طفل پاره شده باشد و یا زمانی که خانم در هنگام ولادت تب داشته باشد.

علایم انتان شش در يك طفل عبارتند از: تنفس سریع (بیشتر از ۶۰ تنفس در يك دقیقه)، صدای نالیدن در هنگام تنفس یا کشش جلد بین قیرغه‌ها در زمان تنفس. کمک طبی بگیرید، بخصوص اگر طفل کوچک یا قبل از میعاد تولد شده باشد. در مسیر راه انتی‌بیوتیک به طفل



تطبیق کنید.



### انتان دماغی (مننژیت):

نادراً يك طفل ممکن مصاب انتان دماغی (مننژیت) گردد. طفل مصاب انتان دماغ شخی گردن داشته و طوری می‌خواهد که سرش بطرف عقب خمیده است. ممکن است طفل استفراغ داشته باشد، شیردان‌ها برجسته باشد و ممکن ضیاع شعور داشته باشد. انتان دماغی به سرعت سبب مرگ طفل شده می‌تواند. طفل را فوراً به شفاخانه انتقال دهید. اگر انتی‌بیوتیک داشته باشید، در مسیر راه به طفل تطبیق کنید. صفحه ۲۷۹ دیده شود.



### انٹی‌بیوتیک‌ها برای انتانات در نوزادان

سینه بغل، انتان دماغ یا مننژیت، انتانات خون و دیگر انتانات

- زرق امپی سیلین..... در قسمت وسط و خارجی عضله ران  
برای طفل ۲ کیلوگرام یا کوچکتر: زرق ۱۰۰ ملی‌گرام، ۲ دفعه در روز  
برای طفل ۳ کیلوگرام: زرق ۱۵۰ ملی‌گرام، ۳ دفعه در روز  
برای طفل ۴ کیلو یا بزرگتر: زرق ۲۰۰ ملی‌گرام، ۳ دفعه در روز

و

- زرق جنتامایسین..... در قسمت خارجی وسط عضله ران یکبار در روز  
برای طفل ۲ کیلوگرام یا کوچکتر: زرق ۶ ملی‌گرام  
برای طفل ۳ کیلوگرام: زرق ۱۵ ملی‌گرام  
برای طفل ۴ کیلو یا بزرگتر: زرق ۲۰ ملی‌گرام

طفل را به شفاخانه انتقال دهید. اگر امکان آن موجود نباشد، امپی سیلین را برای ۷ تا ۱۰ روز و جنتامایسین را برای ۵ روز ادامه دهید.

### مراقب بودن به رنگ جلد و چشم‌های طفل

در بسیاری اطفال چند روز بعد از تولد رنگ جلد و رنگ چشم‌هایشان زرد می‌شود. به این حالت زردی گفته می‌شود. زردی وقتی بوجود می‌آید که یک ماده بنام بیلیروبین در بدن طفل افزایش یابد. بصورت نارمل بدن طفل در ظرف چند روز بیلیروبین را تخریب نموده و رنگ زرد از بین می‌رود. در حالات نادر طفل ممکن است که زردی شدید داشته باشد که خطرناک است. علایم آن عبارتند از:

- رنگ زرد از همان روز اول تولد نمودار می‌شود.
- رنگ زرد برای بیشتر از ۲ هفته دوام می‌نماید.
- رنگ زرد به دست‌ها و پاهای طفل سرایت می‌کند.
- طفل خیلی خواب‌آلود به نظر رسیده و برای تغذی از پستان بیدار نمی‌شود.
- طفل گرم نمی‌گردد.

اگر طفل هر یکی ازین علایم را نشان دهد، فوراً کمک طبی بگیرد.

در غیرصورت کمک کنید که طفل زود زود از پستان تغذی شود و طفل را يك اندازه شعاع آفتاب بدهید. شعاع آفتاب کمک می‌نماید که بیلیروبین تخریب گردد. درصورتی که هوا گرم باشد، لباس‌های طفل را بکشید، چشم‌هایش را بپوشانید و او را برای ۵ دقیقه روزانه ۱ تا ۲ مرتبه در معرض شعاع آفتاب قرار دهید. (مدت بسیار طولانی ممکن است سبب سوختگی جلد طفل شود).



طفل مصاب زردی را هرروز برای چند دقیقه محدود در معرض آفتاب قرار دهید.