



## برای نخستین هفته زندگی

### آیا حال نوزاد تازه متولد شما خوب است؟

یک نوزاد تازه متولد شده **سما** باید هلبا و زبانی صورتی ترنگ داشته باشد. همچنین دمای زیر بغل او باید بی 36.5 درجه سانتیگراد و 37.2 درجه سانتیگراد باشد (مشابه درجه حرارت شما) او باید در فواصل منظم ادرار (پیشاب) و شکمش کار (مدفوع) کند.

یک نوزاد تازه متولد شده سالم:

- « به طور مرتب تغذیه می کند ( 8 تا 12 بار در 24 ساعت)
- « هنگام بیداری بی سر و صدا هوشیار است و به صدای شما یا صداهای اطراف خود واکنش نشان می دهد
- « با مکث های کوتاه گاه به گاه ، کمی سریع تر از شما نفس می کشد
- « با تغییر رنگ، یا گریه، دست و پا زدن یا لرزیدن به شما اطلاع می دهد که مشکلی دارد و نیازمند کمک شما است.

### اقدام

#### در بیمارستان

**بلافاصله** ماما یا پزشک خود را آگاه کنید و دکمه تقاضای کمک را فشار دهید

#### در خانه

با شماره 000 تماس بگیرید

### آیا حال نوزاد تازه متولد شما خوب است؟

اگر نوزاد شما:

- « نفس نمی کشد یا رنگ او آبی شده است
- « دچار تشنج/لرزه/حمله تشنج (حرکات انقباض ماهیچه ناگهانی یا پرشی شدید چشمها، دهان، دستها و پاها) می شود
- « بیدار نمی شود
- « هیچ توجهی به صداهای بلند، انداختن نور شدید در چشمانش یا نیشگون گرفتن ملایم از بازویش نشان نمی دهد

### اقدام

#### در بیمارستان

ماما یا پزشک خود را مطلع کنید

#### در خانه

- « خط تلفنی زایمان و بهداشت کودکان
- تلفن: 13 22 29
- « خدمات پرستار کشیک شبانه روزی
- تلفن: 1300 60 60 24
- « به پزشک محلی خود مراجعه کنید (GP)
- « به بخش اورژانس بیمارستان مراجعه کنید
- « در حالت اضطراری با این شماره تماس بگیرید 000

## برای نخستین هفته زندگی

اگر نوزاد شما:

- « برای مدت بیشتر از 6 ساعت تغذیه نکرده است
- « پوشک خیس و/یا کثیف نکرده است
- « پوستی زرد رنگ دارد
- « **حرکات چشم، دهان، دست یا پایش تند و سریع** یا پرشی به نظر می رسند
- « **بدن، سر، گردن، دستها و پاهای سست و شل (فلاپی)** به نظر می رسند
- « **بسیار سریع** نفس می کشند و ناله می کنند
- « **غیر عادی گریه می کند** (برای مثال، گریه با صدای نحیف، سوزناک یا دردناک)
- « در مدفوعش **خون دیده می شود**
- « **پوستی دارد** که بسیار رنگ پریده یا در حال زرد شدن به نظر می رسد
- « **معده (شکم)** یا قسمت پایین قفسه سینه اش با هر نفسی که می کشد به طرف تو می رود
- « **بسیار زیاد** استفراغ می کند (بیش از نیمی از شیر خورده شده بعد از هر یک از سه وعده تغذیه آخر)
- « چیزی که استفراغ می کند غیر شفاف، شیر یا زرد کم رنگ است

شفاف	شیر	زرد کم رنگ	خردلی	سبز	سبز	سبز	سبز	سبز	خون
------	-----	------------	-------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

یا

« غریضه شما به شما می گوید مشکلی وجود دارد.

\* لطفا توجه داشته باشید: هنگام مشاهده بر روی صفحه نمایشگر و/یا دالود و چاپ، رنگهای نمودار ممکن است بسته به تنظیمات دستگاه شما متفاوت باشد.