

- شستشو دستها قبل از تماس با نوزاد
- شستشو دستها قبل از شیردهی، دوشیدن شیر مادر
- نیاز به شستشو پستان برای هر بار شیردهی نمی باشد در صورت تمایل به شستشو با آب ساده انجام شود.

فواب نوزاد

- خواباندن نوزاد به پهلوی راست بعد از شیرخوردن
- در صورتیکه نوزاد به پشت خوابیده، سرش به یک طرف باشد.
- بهتر است سر نوزاد بالاتر در زاویه ۳۰ درجه باشد و سر او خم نشود.
- نوزاد به طور متوسط ۱۶ تا ۱۸ ساعت در شبانه روز می خوابد. (از ۲۰ دقیقه تا ۳ ساعت)

توجه: هرگز نوزاد و کودک کمتر از شش ماه را به شکم ن خوابانید

دمای اتاق

- دمای مناسب اتاق ۲۲ الی ۲۴ درجه سانتی گراد
- جلوگیری از سردی پاها و دستها
- قرار ندادن نوزاد کنار منبع تولید گرما یا زیر نور آفتاب
- انجام مراقبت کانگرویی و تماس پوست با پوست



- خشک و تمیز نگذاشتن بند ناف
- قرار دادن بند ناف خارج از پوشک
- عدم استفاده از ناف بند و مواد ضدعفونی روی ناف
- افتادن بند ناف ۵ تا ۱۰ روز پس از تولد

توجه: در صورت مشاهده قرمزی، التهاب، ترشح چرکی و زردرنگ، بدبو و نشت خون اطراف ناف به پزشک اطلاع دهید.

استحمام

- حمام نوزاد یک روز در میان یا دو بار در هفته
- شروع شستشو بدن از سر و صورت و سپس دستها و شکم

پیگیری ها

- ▲ تست غربالگری
- انجام تست غربالگری طبق دستور پزشک
- پیگیری جواب غربالگری در صورت ارسال بخش
- ▲ تست شنوایی
- انجام مجدد شنوایی سنجی طبق توصیه پزشک
- ▲ تست بینایی (ROP)
- انجام یک ماهگی (در صورت دستور پزشک)
- ▲ واکسیناسیون
- طبق برنامه کشوری از پایان ۲ ماهگی (مرکز بهداشت)
- ▲ ویزیت بعدی
- ۴۸ تا ۷۲ ساعت بعد از ترخیص (به همراه خلاصه پرونده، آزمایشات و ...)