



یرقان (زردی) نوزاد Newborn Jaundice

یرقان در نوزادان امری شایع است. بیشتر موارد یرقان در نوزادان سالم جدی نیستند و نیازی به معالجه ندارند.

یرقان به حالتی گفته می‌شود که پوست نوزاد و سفیدی چشم او زرد رنگ به نظر می‌رسد. این حالت به دلیل تجزیه‌ی عادی سلول‌های قرمز خون (گلبول‌های قرمز) در بدن نوزاد است. هنگامی که گلبول‌های قرمز تجزیه می‌شوند، ماده‌ی زرد رنگی به نام بیلیروبین تشکیل می‌شود. نوزادان ماده‌ی بیلیروبین را از طریق مدفوع از بدن خود خارج می‌کنند. یرقان ملایم برای نوزاد مضر نیست اما او را خواب‌آلود می‌کند. اگر سطح یرقان به شدت بالا باشد، احتمال دارد که باعث آسیب مغزی یا کم شنوایی شود. چنین موردی بسیار نادر است.

یرقان را باید جدی گرفت اگر

- نوزاد خوب غذا نمی‌خورد
- نوزاد نارس است
- نوزاد از زمان تولد دارای کیبودی (خون‌مردگی) است
- گروه خون نوزاد متفاوت از مادر است
- برادر یا خواهر نوزاد سابقه‌ی یرقان دارد

یرقان ابتدا در صورت ظاهر می‌شود و سپس به طرف پایین بدن و پاها پیشروی می‌کند. یرقان‌های ملایم تنها در صورت و سینه دیده می‌شوند. اگر سطح یرقان بالا باشد، پوست در ناحیه‌ی شکم، ران، ساق پا و ساعد به زردی می‌گراید.

رنگ پوست نوزاد به تنهایی نشان نمی‌دهد که شدت یرقان تا چه حد است. سطح یرقان را از طریق آزمایش خون می‌توان تشخیص داد. در بغل نگهداشتن نوزاد و شیر دادن به او در زمان انجام آزمایش خون به احساس آرامش او کمک می‌کند.

امکان دارد که در بیمارستان آزمایش سطح بیلیروبین موجود در خون نوزاد را انجام داده باشند. حتماً اگر نتیجه‌ی آن آزمایش عادی بوده باشد، باز هم احتمال دارد که پس از رفتن به خانه سطح یرقان نوزاد افزایش یابد.

برای معاینه‌ی تشخیص یرقان نوزاد

- نوزاد را در نور طبیعی نگاه دارید. برای مثال نزدیک پنجره
- ببینید که سفیدی چشم نوزاد به رنگ زرد گراییده است یا نه
- نوک انگشت خود را به آرامی بر پیشانی، بین سینه، دست‌ها (از بازو تا مچ) و پاها (ران و ساق) فشار دهید. اگر زمانی که انگشتتان را بر می‌دارید، محل فشار دادن زرد یا نارنجی رنگ باشد، نشانه‌ی این است که فرزندتان یرقان دارد.

چه باید کرد

مطمئن شوید که نوزاد به خوبی تغذیه می‌شود.

- به طور مرتب، دست کم هر سه ساعت یک بار به نوزاد شیر بدهید. شاید لازم باشد نوزاد را برای شیرخوردن از خواب بیدار کنید.
- دقت کنید که مکیدن پستان به صورت قوی، آرام، و یکنواخت باشد.
- گوش کنید که صدای فرو دادن شیر را بشنوید

اگر نوزاد در هنگام شیر دادن خوابش ببرد:

- پوشش نوزاد را در بیاورید و در حالی که او شیر بدهد که پوست بدنش با بدن شما تماس باشد
- پستان را فشار دهید؛ یعنی در حالی که نوک پستان در دهان نوزاد است، با دست آن را با ملایمت فشار دهید تا شیر وارد دهان نوزاد شود.
- در هر وعده شیردهی، با هر دو پستان شیر بدهید.
- در فاصله‌ی تغییر پستان، سعی کنید نوزاد آروغ بزند یا پوشک او را تعویض کنید.
- به آرامی به پشت نوزاد یا روی پایش بزنید.
- اگر نوزاد به خوبی شیر نمی‌خورد، دفعات شیردهی را افزایش دهید.

در موارد زیر با مراقبت‌گر بهداشتی خود تماس بگیرید

- نشانه‌های یرقان را در پاهای، کف دست‌ها، یا کف پاها می‌بینید
- نوزادتان برای شیرخوردن بیدار نمی‌شود، دست کم 8 بار در 24 ساعت شیر نمی‌خورد، یا پستان به دهان گرفتن او دردآور است
- نوزادتان در چهار روزگی کمتر از 2-3 بار در روز مدفوع دارد
- یرقان نوزادتان بیش از 3 هفته به درازا کشیده است

یرقان چگونه درمان می‌شود؟

- اگر نوزاد یرقان دارد، به شیردهی ادامه دهید. هر چه یرقان نوزاد کاهش یابد، بیداری نوزاد برای شیر خوردن افزایش می‌یابد. اگر به کمک نیاز دارید، با پرستار بهداشت همگانی تماس بگیرید.
- نوزادانی که یرقان سطح بالا دارند ممکن است در زیر نور مخصوص قرار داده شوند که به آن نوردرمانی گفته می‌شود. این کار ممکن است در بیمارستان یا با لوازم مخصوص در خانه انجام شود.
- گذاشتن نوزاد در نور خورشید خطرناک است و در درمان یرقان تأثیری ندارد. نوزادان هرگز نباید در معرض نور مستقیم خورشید در کنار پنجره یا فضای باز قرار داده شوند.

ونکوور کویستال هلت پایبند کمک کردن به مادران است تا با موفقیت به نوزادشان شیر بدهند.
برای اطلاعات بیشتر لطفاً با واحد بهداشت همگانی محل خود تماس بگیرید.

اطلاعات دیگری نیز در باره‌ی پرورش فرزند در مرکز/اداره‌ی بهداشت اجتماعی

محل شما یا در وبسایت <http://vch.eduhealth.ca> موجود است.

اطلاعات بیشتر در باره‌ی تغذیه با شیر مادر را می‌توانید به شیوه‌های زیر به دست بیاورید:

پرستار بهداشت همگانی یا

کارشناس اجتماعی تغذیه در ونکوور کویستال هلت تماس بگیرید www.vch.ca.....

بهترین بخت نوزاد www.healthyfamiliesbc.ca/parenting

هلت‌لینک بی‌سی 8-1-1

خدمات ترجمه به 130 زبان موجود است www.healthlinkbc.ca

تصویرها از: اصول شیردهی، 2011 با اجازه‌ی
اداره‌ی بهداشت و سلامتی نووا اسکوشیا

تمسقف رد و دینکل لیبما، کتابسیدو متر، بشیبی‌ها مخصسنی ابر <http://vch.eduhealth.ca> ید یاوبر
:دینکر کذ Catalogue No. FK.760.N49.FA س‌ردآ هب phe@vch.ca ار ترابع‌ن یا ع‌وضوم
لبیما هب ار رشووبرن‌یا ی دریا رد داهنشیبا پ‌داقنتا مونگا هرفظ feedback@vch.ca دیتسرفب
© هیرهلث، فولتاسکو رووکنو 2017

اطلاعات مندرج در این برگه فقط برای فردی است که این برگه از سوی
تیم مراقبت‌های بهداشتی به او داده شده است.

www.vch.ca