

您知道怎么正确进行新生儿护理吗

蒲 玥

(四川省射洪市人民医院 四川 射洪 629200)

父母面对新生儿的降临,充满了喜悦,同时也面临着一些问题,作为新手爸妈,需要多学习一些新生儿护理知识,这样有助于新生儿的健康成长。那么新手父母要对新生儿怎样进行正确护理呢?下面一起来了解一下。

1.新生儿护理的基本常识

1.1 温度和光线

新生儿还不太适应外界的温差变化,适宜的室温需要维持在 22℃-24℃,盛夏的时候需要适当的降温,冬天则要做好保暖。室内光线不可以太暗或过亮,一些父母觉得新生儿有着较差的感光能力,害怕对其眼睛造成刺激,往往喜欢挂厚重帘子,这样是不宜的,需要让新生儿适应自然光线。

1.2 衣服和尿布

新生儿衣物要柔软的棉织品,颜色要浅淡,便于对污物的发现,衣服要宽松,容易穿脱。新生儿的头部由于比较容易散热,气候寒冷的时候可以戴上帽子。尿布需要使用柔软、容易吸水的棉制品,要勤洗勤换。在家尽量不用尿不湿,出门用尿不湿不能包裹太紧。

1.3 睡眠和睡姿

睡姿对呼吸有一定的影响,且新生儿有着比较软的头颅,好的睡姿有助于头颅的发育。小枕头要舒适,中间微陷,两头微起。仰卧位或侧卧位是新生儿最好的睡姿,这样能够避免对胸肺部造成压迫,建议喂养后取侧卧位,避免溢奶或呛咳。在仰卧位时,需要经常变换体位,在出生之后的几天,可适当采取俯卧位,便于呼吸道流出分泌物,避免呕吐物倒流。新生儿一般要睡 18-20h,但没有满月的幼儿不能长时间睡眠,需要每隔 2-3h 弄醒一次,便于喂养。

1.4 洗澡和脐部

对新生儿需要做好卫生工作,通常新生儿出生 24h 后就需要洗澡。洗完需要使用婴儿油涂抹新生儿的身体,让新生儿的皮肤保持湿润。新生儿的脐带干燥结痂后就能够洗澡,洗澡后可使用酒精来擦拭肚脐。新生儿脐带大概 10d 后脱落,要对新生儿的脐部做好护理,保持其脐部的清洁干燥。

1.5 哺乳和喂养

新生儿的喂养非常有学问,专家建议对新生儿的母乳喂养越早越好,通常出生后 30min 就可以开展,若是母亲还没有分泌乳汁,也要

让新生儿去吮吸乳头,这样有助于乳汁的分泌,还能增加母婴的感情。母乳喂养的时候,最好采用“竖抱位”,这是最自然的喂奶方式。这样新生儿能够与母亲相视,还可增进亲密感。在进行母乳喂养前,母亲需要洗手,清洗乳头,若是乳房出现破裂,应咨询医生依据实际情况决定是否哺乳。哺乳的时候先要吸空一边乳房,再换另一边乳房,避免残奶淤积。人工喂养的时候,需要注意奶的温度,喂奶的时候尽量不要让新生儿吸进空气,避免发生吐奶,喂完后可以轻拍新生儿的背部,避免发生积气。此外需要严格煮沸奶瓶、奶嘴,做好消毒工作。喂养的时候不需要过于注重定时,通常 3h 进行 1 次喂养。

2.新生儿护理的要点

2.1 清理口腔

新生儿娩出的时候,需要对其口咽部的粘液和羊水进行迅速的清除,避免发生误吸,但是不能擦洗新生儿的口腔,容易造成损伤。若是发生“鹅口疮”,可以将制霉菌素药水轻轻的涂擦。

2.2 保温

对于新生儿来说,需要做好保温,室温不可小于 22℃,新生儿的体温需要维持在 36-37℃。生后第 1d 需要 4h 测 1 次体温,当体温在 36.5℃左右稳定后,可以 6-12h 测 1 次。如果体温小于 36℃或高于 38℃的时候,需要父母及时处理。

2.3 体位和睡眠

新生儿要有足够的睡眠时间,每天大概 20h。侧卧位是最好的,特别是喂奶后,需要取右侧卧位,平时的时候主要是左侧卧位。需要对新生儿的体位进行经常变换,能够避免其睡偏头。仰卧位不安全,能够引起窒息。

2.4 皮肤护理

新生儿有着娇嫩的皮肤,容易损伤,要使用温水来对新生儿的皮肤进行擦洗,便后要清洗,使用毛巾擦干。

对于新生儿护理工作,需要父母多学习一些护理知识。由于新生儿的各脏器功能还没有完全发育成熟,有着比较低的免疫功能,有着比较差的体温调节功能,容易发生感染,父母在进行新生儿护理的过程中,需要格外的细心和科学,要注意与新生儿的具体情况进行结合,运用更为合理、更为适宜的护理措施。