

سلوك حديثي الولادة الطبيعيين



يتصرف الأطفال حديثو الولادة بشكل مختلف عن الرضع والأطفال الأكبر سناً، إذ إنهم يتكيفون مع الحياة خارج الرحم. وتهدف هذه المعلومات إلى مساعدتكم على معرفة ما هو طبيعي وما يجب القيام به عند ظهور علامات تشير لوجود مرض.

ما يجب أن تتوقعه في الأيام الأولى

التنفس	<ul style="list-style-type: none">• يتنفس رضيعك في شكل تكتلات- أحيانا يبدو تنفس طفلك ضئيلاً وسريعاً وأحيانا يبدو عميقاً أو بطيئاً.• أحيانا يكون تنفس رضيعك غير منتظم.
اللون	<p>قد يتحول لون رضيعك إلى:</p> <ul style="list-style-type: none">• الزرقة/ اللون القرمزي على مستوى القدمين واليدين في ال 24 ساعة الأولى.• اللون الأحمر عند البكاء أو الإحساس بالبرد.• الإصابة بالاصفرار المعتدلة (اصفرار الوجه) بعد 24 ساعة.
درجة الحرارة	<ul style="list-style-type: none">• المدى الطبيعي لدرجة الحرارة:• تحت الإبط ما بين 36.5 و 37.5 درجة مئوية (97.7 و 99.5 درجة فهرنهايت).
التغذية	<ul style="list-style-type: none">• خلال الـ 24 ساعة الأولى يجب أن يأكل رضيعك ما بين كل 2 إلى 4 ساعات أي من 8 إلى 12 مرة في اليوم.• وعادة ما سيرضع رضيعك بما لا يقل عن 20 دقيقة، غير أنه من العادي جداً أن تطول تلك المدة. وسينفصل الرضيع من تلقاء نفسه عن الصدر بعد الانتهاء من الرضاعة.• قد يقوم طفلك بالرضاعة لفترات متتالية (الرضاعة عدة مرات متتالية) ثم ينام لفترة طويلة دون رضاعة.
الحفاظات	<ul style="list-style-type: none">• اليوم 1 = 1 حفاظة مبتلة• اليوم 2 = 2 حفاظة مبتلة• اليوم 3 = 3 حفاظة مبتلة• سيظهر براز رضيعك باللون الأسود المخضر خلال اليومين الأوليين حتى يتحول لبن الأم الأول (المصفر السميك اللزج) إلى لبن طبيعي.• بمجرد ظهور اللبن الناضج (عادة بين اليوم الثالث والخامس) نتوقع ما بين 6 و 8 حفاظات مبتلة في اليوم ومرتين من البراز السائل الأصفر أو الأخضر أو البني. ويعتبر الشكل "المبذر" للبراز طبيعياً.

من الضروري مراقبة أي سلوك غير عادي خلال الساعات أو الأيام الأولى من حياة طفلك. نادراً ما يتعرض الرضع للإصابة بالعدوى بالبكتيريا مثل المجموعة ب من مرض المكور العقدي (والمعروف أيضاً باسم GBS) والذي قد يتسبب في أمراض خطيرة. ومن المحتمل ظهور علامات الإصابة بـ GBS خلال الـ 24 ساعة الأولى، وأحياناً يحدث لاحقاً. فمن الضروري أن يعرف جميع الآباء ما هو المدى الطبيعي لسلوك الرضيع حديث الولادة ومتى يتعين عليهم الاتصال بالقابلة أو برقم 911.

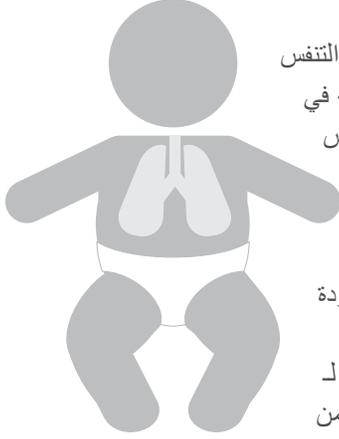
تقدم هذه الوثيقة معلومات ودية للعلاء بناء على قاعدة الممارسة الإكلينيكية لجمعية القابلات رقم: 16:

مجموعة ب المكور العقدي *Streptococcus*: إدارة ما بعد الولادة للطفل حديث الولادة. وهو مصمم لمساعدتك على فهم بعض الاعتبارات بشكل أفضل والخيارات التي قد تواجهينها أثناء تلقي الرعاية من قابلتك. ولا يعني به أن يستبدل مناقشات الخيارات الواعية التي ستتم بينك وبين قابلتك. فإذا كانت لديك أي أسئلة أو مخاوف أو أفكار بعد قراءة هذه الوثيقة برجاء تبادلها مع قابلتك.

السلوك

سوف يمر رضيعك خلال الأيام والأسابيع الأولى من حياته بحالات مختلفة. نوم عميق، نوم خفيف، دوار، انتباه شديد، انتباه نشيط، أو البكاء. على الرغم من أن حديثي الولادة ينامون حوالي 16 ساعة كل يوم إلا أن أنماط نومهم لا يمكن التنبؤ بها فقد ينامون في المرة الواحدة عدة ساعات أو عدة دقائق. ويجب وضع الرضيع داي ما على ظهرهم للنوم. وبسبب صغر معدة رضيعك في هذا السن فهو بحاجة للاستيقاظ للرضاعة بشكل متكرر. وفي الأيام أو الأسابيع الأولى يجب أن ينام رضيعك لفترات لا تزيد عما يتراوح بين 4 و 6 ساعات دون الاستيقاظ للرضاعة. فإذا كان رضيعك ينام لفترات طويلة قومي بإيقاظه ومحاولة إرضاعه. ويصعب إيقاظ بعض الرضع، فإذا لم يستيقظوا في المحاولة الأولى فحاولي مرة أخرى خلال نصف ساعة. ومن الطرق الفعالة لإيقاظ رضيعك تغيير ملابسه أو تغيير حفاظته والتحدث إليه. ومن الطبيعي أن يستغرق أخذ الرضيع للتدي بعض الوقت. فاصبري! وإذا بدا رضيعك نائمًا بشكل غير عادي وغير مهتم بالرضاعة عند الاستيقاظ حاولي مرة أخرى خلال 30 دقيقة أو قومي بمسح قطعة قماش مبللة على وجهه للمساعدة في إيقاظه.

التنفس



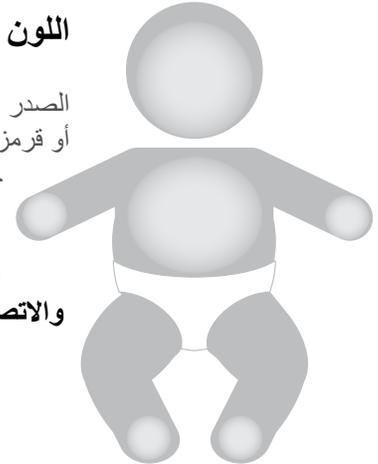
غالبًا ما تكون هناك أنماط غير منتظمة في التنفس لدى الرضع حديثي الولادة. فتنفسهم لا يشبه في الشكل والصوت تنفس البالغين. فأحيانًا يتنفس الرضع حديثو الولادة بشكل أكثر سرعة وعمقًا وفي أحيان أخرى يكون تنفسهم بطيئًا وضحلًا. ومن الطبيعي أحيانًا توقف الرضع عن التنفس 10 ثواني ثم العودة للتنفس بأخذ نفس عميق. وليس من الطبيعي أن يقوم الرضيع بالرهقان (التنفس السريع) لـ 10 دقائق أو أكثر. ويصدر الرضع الكثير من الأصوات والملامح الغريبة المختلفة وقد يكون من الصعب معرفة ما هو ساهر وطبيعي وما يجب أن يثير القلق. ومن الطبيعي أن يصدر الرضع الجدد صوتًا ممتلئًا لسعال القطط عند خروج المخاط، كما تظهر رغاوي على أفواههم.

اتصلي بقابلتك إذا لاحظت أيًا من العلامات الأخرى التالية الدالة على وجود صعوبة في التنفس لدى الرضيع :

- اتساع فوهة أنف رضيعك عند التنفس لأكثر من دقائق قليلة (الاتساع الأنفي).
- إصدار الرضيع لأصوات خشنة مع كل نفس ويستمر هذا لأكثر من عدة دقائق .
- تمدد الجلد حول ضلوع الرضيع أو في أسفل الحلق مع كل نفس .
- إذا توقف تنفس رضيعك لأكثر من 10 ثواني .

اللون

الصدر أو الوجه الوردي دليل على حصول رضيعك على الأكسجين الكافي. قد تكون قدما أو يدا رضيعك زرقاء أو قرمزية أو رمادية اللون وذات ملمس بارد أثناء الأيام القليلة الأولى – وهذا عادي. وقد تصبح بشرة طفلك حمراء أو منقطة بأحمر بعد البكاء أو عند شعوره بالبرد.



إذا أصبحت البشرة على وجه أو صدر رضيعك زرقاء أو رمادية اللون الرجاء طلب رقم 911 والاتصال على الفور بالقابلة .

درجة الحرارة

يجب أن يلبس الرضيع حديث الولادة طبقة واحدة أكثر مما ترتديه أنت ويشعرك بالراحة. وسوف يساعد وضع الطفل جلدًا على جلد (أي الإمساك بالرضيع عاريًا مقابل صدرك أو بطنك العاري) مع التغطية بغطاء خفيف الرضيع على تنظيم درجة حرارته. وإذا أردت معرفة ما إذا كان رضيعك شديد الحرارة أو شديد البرودة، فإن لمس صدره أو ظهر رقبته (القفا) سيعطيك فكرة أكثر دقة عن درجة حرارته أكثر من لمس يديه أو قدميه. فمن الطبيعي أن تكون يدا وقدم الرضيع باردة الملمس خلال الأيام القليلة الأولى. وأفضل طريقة لمعرفة درجة حرارة رضيعك هي تحت الإبط (وهو ما يعرف بالقياس السريع لدرجة الحرارة) ولا تعتبر أجهزة قياس الحرارة في الأذن دقيقة بالنسبة للأطفال حديثي الولادة ولا ينصح بها. وتكون درجة الحرارة الطبيعية تحت الإبط ما بين 36.5 و37.5 درجة مئوية (97.7 و99.5 درجة فهرنهايت).

36.5
ل
37.5

درجة الحرارة الطبيعية
بالسنترجيد

- إذا تخطت درجة حرارة رضيعك عن 38.0 درجة مئوية، برجاء الاتصال بقابلتك بالباجر Pager.
- إذا زادت درجة حرارة رضيعك عن 37.5 درجة مئوية، قومي بنزع طبقة من طبقات ملابسه وإعادة القياس بعد 30 دقيقة.
- إذا تخطت درجة حرارة رضيعك عن 37.5 درجة مئوية وقد قمت باتخاذ الإجراءات المذكورة أعلاه، برجاء الاتصال بقابلتك بالباجر Pager.
- إذا بدا رضيعك باردًا أو قلت درجة حرارته عن 36.5 درجة مئوية ضع الرضيع جلدًا على جلد، أي ضعه عاريًا على جسم العاري مع تغطية كليهما بغطاء خفيف. قومي بقياس درجة حرارته مرة أخرى بعد مرور 30 دقيقة.

التغذية

إذا كانت الأم تقوم بالرضاعة الطبيعية، فغالبًا ما يتلقى الرضيع غذاء قيمًا غنيًا بالمواد الغذائية (اللبن الأول الأصفر السميك اللزج)، كما يساعد في تقوية إدرار اللبن، ويساعد في تعليم كل من الأم والرضيع كيفية الرضاعة الناجحة. وسيحتاج الرضيع للأكل على الأقل ما بين كل 2 إلى 4 ساعات (أحيانًا أكثر من ذلك) وعادة ما تستغرق كل وجبة ما لا يقل عن 20 دقيقة. وقد يستغرق الأمر وقتًا طويلاً أحيانًا لكي تتعلم الأم والرضيع الرضاعة. وسيساعد قضاء وقت جلدًا بجلد، أي وضع الطفل عاريًا على جسم الأم العاري على تحفيز الرضاعة والتغذية. وقد يبصق الرضيع بعد الأكل وتتساقط على ذقنه.

ومن المصادر الجيدة عن الرضاعة على الإنترنت

<http://www.breastfeedinginc.ca>

الحفاظات

قد تطلب منكم القابلة تسجيل عدد الحفاظات الرضيع الخاصة بالبول و الخاصة بالبراز. وتكون الحفاظة التي يتم التخلص منها أثقل عندما تكون ممتلئة. وتوجد في الكثير من أنواع الحفاظات اليوم مؤشرات للبول تتحول إلى اللون الأزرق في حال وجود مقدار معين من البول. ولكن هذا لا يحدث في جميع الحفاظات، وقد تكون كمية البول صغيرة جدًا في الأيام القليلة الأولى بحيث لا يمكن حدوث ذلك. فإذا كانت لديك مشكلة في معرفة ما إذا كانت الحفاظة ممتلئة يمكن وضع قطعة من ورق المسح في قاع الحفاظة النظيفة. وأحيانًا يكون لدى الرضع ما يشبه "تراب الطوب" في الحفاظات خلال الأيام القليلة الأولى وهي عبارة عن بقع برتقالية أو وردية اللون، ويطلق عليها بلورات بولية وهي أمر طبيعي. وقد يخرج من الرضيع كم صغير من الإفرازات الدموية من المهبل، وهذا استجابة لهرمونات الأم وهذه أمور عادية.

توتر العضلات

يحتاج المولود حديثًا للدعم عند حملته، ولكن لا يجب أن يشعر المولود بأنه مقيد تمامًا بين ذراعيك. ويجب أن يظهر المولود حديثًا حركات قوية ومرنة لذراعيه ورجليه .

الحبل السري/المشيمي

مع بداية سقوط الحبل السري/المشيمي لرضيعك (في أي وقت خلال الأيام الـ 14 الأولى) قد تظهر وكأنها جافة وقد تخرج كمية صغيرة من الدم أو الإفرازات في حفاظة أو ملابس رضيعك. وقد تكون لحبل رضيعك السري/ المشيمي رائحة نفاذة وهذا أمر عادي. وليس من الطبيعي احمرار أو التهاب الجلد حول قاعدة الحبل السري/المشيمي (على بطن رضيعك). فإذا حدث ذلك، فاتصلي بالقابلة.

اتصلي بالقابلة إذا:

- كان الطفل لا يأكل ويبدو عليه الإعياء (لديه مشكلة في الاستيقاظ) ولا تستطيعين إيقاظ رضيعك للأكل. لا بأس من فترة نوم طويلة تتراوح بين 4 و 6 ساعات خلال فترة 24 ساعة .
- كانت درجة حرارة الرضيع تحت الإبط أكثر من 37.5 درجة مئوية (99.5 درجة فهرنهايت) أو أقل من 36.5 درجة مئوية (97.7 درجة فهرنهايت) بالرغم من عدم ارتداء الرضيع للكثير أو القليل من الملابس .
- كان الرضيع يتنفس بسرعة (أكثر من 60 نفس في الدقيقة) لأكثر من 10 دقائق دون بكاء الطفل أو نشاطه أو ارتدائه ملابس زائدة عن الحد .
- كانت هناك صعوبة لدى الرضيع في التنفس، وهو ما قد يظهر كما يلي:
 - انفتاح /اتساع أنفي أو صوت خشن يستمران لأكثر من دقائق قليلة .
 - تمدد جلد/بشرة الرضيع بشدة حول الضلوع أو قاعدة الحلق عند تنفسه .
 - كان الرضيع متضايقًا جدًا .
 - كان الرضيع يبكي طوال الوقت تقريبًا، وكان بكائه عالي النبرة .
 - كان الطفل لا يحرك أطرافه ولا يتفاعل عند الاستيقاظ .
 - كان لدى الرضيع قيء متكرر مندفع/مقذوف (أكثر من مجرد البصق/القشط).
 - رأيت لون تراب الطوب في حفاظة الرضيع بعد اليوم الثالث من الميلاد .
 - لم يقم الرضيع ببيل الحفاظة لأكثر من 24 ساعة .
 - إذا كنتِ تشعرين بالقلق تجاه رضيعك لأي سبب آخر .

اتصلي بـ 911 والقابلة إذا:

- تغير لون بشرة الرضيع إلى الأزرق أو الرمادي أو الشحوب (زرقة اليدين والقدمين أمر طبيعي خلال الأيام الأولى).
- توقف تنفس رضيعك لأكثر من 10 ثواني.

لقد تم دعم تطوير تلك الوثيقة من قبل وزارة الصحة
والرعاية طويلة المدى Ministry of Health and Long-Term Care