

یرقان چیست؟

یرقان بیماری رایجی است که ۶۰ تا ۸۰ درصد نوزادان در هفته های اول زندگیشان به آن مبتلا میشوند. نوزادانی که یرقان دارند پوست، سفیدی چشم، و غشاهای مخاطی شان بخاطر ایجاد یک ماده زائد زردرنگ در بدن به نام بیلیروبین (Bilirubin) به زردی میگراید. یرقان یک نوع انطباق طبیعی با زندگی خارج از رحم است. تعداد خیلی کمی از نوزادان دچار مشکلات جدی میشوند و یرقان معمولا خودبخود و بدون نیاز به مداوا رفع میشود. اسم طبی یرقان hyperbilirubinemia است.

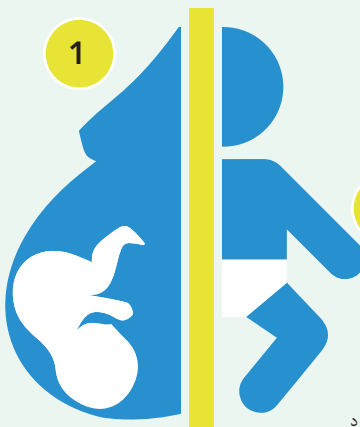
چرا تعداد زیادی از نوزادان یرقان میگیرند؟

در رحم

۱. از آنجا که سطح اکسیژن درون رحم کمتر است، سلولهای خونی قرمز جنین نوزادان (fRBC) از هموگلوبولین جنین که محکم تر از هموگلوبولین بزرگسالان به اکسیژن متصل است تشکیل شده است.

2

۲. وقتی RBC ها میشکنند بیلیروبین تولید میکنند. یکی از وظایف جفت از بین بردن این بیلیروبین است به نحوی که در بدن نوزاد انباشته نشود.



آزمایش خون

۳. نوزاد تازه بدنیا آمده اکنون همه اکسیژن مورد نیازش را با تنفس هوا کسب میکند. fRBC ها سریعتر شروع به شکسته شدن میکنند تا RBC های جدید و در نتیجه مقدار زیادی بیلیروبین بسازند

۴. اکنون کبد نوزاد مسئول دفع بیلیروبین از بدن است؛ بسیاری از نوزادان برای انجام این کار مشکل دارند چون هنوز کبدشان در حال رشد است.

۵. بیلیروبین اضافی در پوست نوزاد، چشمها و غشای مخاطی شروع به انباشته شدن میکند و باعث میشود آنها زرد به نظر برسند.

انواع یرقان

یرقان دو نوع است:

۱. یرقان فیزیولوژیک	۲. یرقان پاتولوژیک
<ul style="list-style-type: none">اغلب نوزادان به این نوع یرقان مبتلا میشوندمعمولا از سه تا شش روز بعد از تولد ظاهر میشودمعمولا خود بخود و بدون نیاز و یا با کمی مداوای پزشکی برطرف میشود	<ul style="list-style-type: none">نادر استمعمولا نتیجه شرایط اساسی تری است - شرایطی که نوزاد با آن زاده میشود شده استاین شرایط میتوانند یا<ul style="list-style-type: none">سطح بیلیروبین را در بدن نوزاد افزایش دهند و یا،برای نوزادان دفع کردن بیلیروبین از بدن را مشکل کنند

این جزوه بر مبنای سند راهنمای عملی شماره ۱۸ برای ماماها: مدیریت Hyperbilirubinemia در نوزادان سالمی که موقوع و یا کمی زودرس و یا دیرتر بدنیا می آیند، منتشر شده بوسیله انجمن ماماهاى انتاریو اطلاعات مشتری پسند عرضه میکند. این سند به نحوی طراحی شده که به شما کمک میکند برخی از ملاحظات و گزینه هایی که ممکن است در زمان کمک گرفتن از ماما داشته باشید را بهتر درک کنید. این سند منظور جایگزین کردن صحبتی که منظور گزینشهای آگاهانه با ماما خواهید داشت تهیه نشده است. در صورتی که هر سؤال، نگرانی و یا ایده ای بعد از مطالعه این نوشته دارید لطفا با ماما در میان بگذارید.

علل رایج یرقان پاتولوژیک چیست؟

- عدم هماهنگی میان گروه خون والدین و نوزادشان. بیشترین مورد این وضعیت وقتیست که مادری با گروه خونی O جنینی را با گروه خونی A یا B حمل میکند.
- عدم هماهنگی ای میان پروتئین های سلولهای قرمز خون که ' فاکتور Rh ' نامیده میشود. با Rh مثبت بشوند و گلوبولین ایمنی Rh (یعنی WinRho) دریافت نکنند. که پدر یا مادری با Rh منفی دارای کودکی
- عفونت ناشی از باکتری در نوزاد.
- عدم وجود پروتئینی بنام G6PD در بدن نوزاد.



آزمایشات خون وجود دارد که به شما و مامايتان برای پی بردن به موجود بودن علل پاتولوژیک اساسی کمک میکند. شناخت علل پاتولوژیک اساسی کمک میکند تا که از برخورداری درمان مناسب برای نوزادتان از مطمئن شوید.

شنیده ام که یرقان بعضی از نوزادان را واقعا مریض کند. آیا این حقیقت دارد؟

خیلی به ندرت، برخی از نوزادان به یک نوع جدی یرقان بنام hyperbilirubinemia شدید مبتلا میشوند.

نوزادان مبتلا به نوع شدید hyperbilirubinemia میزان خیلی بالائی از بیلیروبین در خون و در بدنشان دارند. وقتی مقدار بیش از حدی بیلیروبین در خون نوزاد باشد، میتواند وارد مغز و سیستم عصبی او بشود. اگر این نوزادان درمان نشوند میتوانند به معلولیت دراز مدت و تاخیرهای عصبی (neurological delays)، نظیر فلج مغزی و از افت شنوایی دچار گردند. با این حال، هر چند این بشدت نادر است که نوزادان بخاطر یرقان از عوارض جانبی دراز مدت رنج ببرند.

نوزادانی که از مراقبت منظم مامايتان برخوردارند و به hyperbilirubinemia شدید دچار میشوند معمولاً بیماریشان

- زود تشخیص داده میشود
- بطور موثری درمان میشود، و
- هیچ عوارض جانبی عمده ای ندارد

اکثر نوزادانی که hyperbilirubinemia شدید دارند رشد میکنند و کودکان و بزرگسال سالمی میشوند.

چه چیزی میتواند خطر ابتلای نوزاد من به hyperbilirubinemia شدید را افزایش دهد؟

- یرقان و یا یرقان پاتولوژیک که در ۲۴ ساعت اول زندگی ظاهر بشود
- تولد زودرس (بویژه بیش از دو هفته قبل از موعد)
- داشتن خواهر یا برادری مبتلا به یرقانی که نیازمند مداوای پزشکی باشد
- نخوردن غذا و/ یا خودداری از خوردن غذا

احتمال ابتلای فرزند شما به:

بسیار رایج	شدیداً نادر
یرقان ۶ در هر ۱۰ تولد	معلولیت دراز مدت hyperbilirubinemia ۰/۳ در هر ۱۰۰۰۰۰ تولد ۱/۲ در هر ۱۰۰۰۰۰ تولد
۱ در ۱	۱ در ۱ میلیون

نوزاد من چگونه برای یرقان آزمایش خواهد شد؟

غربالگری (Screening) میتواند به مامای شما برای پی بردن به اینکه نوزادتان بخاطر یرقان نیاز به درمان دارد کمک کند. غربالگری میتواند در بیمارستان، کلینیک و یا در خانه انجام شود.

مامای شما به شما اطلاع داد که در منطقه شما چه امکاناتی برای غربالگری وجود دارد.

ارزیابی کلینیکی و بصری

بعنوان بخشی از مراقبت از نوزاد شما، ماما یا ارزیابی کلینیکی و بصری نوزادتان را برای هر علامتی که میتواند به معنی نیاز به آزمایش سطح بیلروبین نوزاد باشد چک خواهد کرد.

در زمان چک کردن علائم کلینیکی و بصری دال بر اینکه نوزاد شما ممکن است یرقان داشته باشد، ماما موارد زیر را ارزیابی خواهد کرد:

- وزن نوزاد
- ریتم تغذیه نوزاد
- اگر نوزاد دارای هرگونه علائم ریسک یرقان هست
- اگر پوست یا سفیدی چشم نوزاد زرد به نظر میرسد

هر زمان نوزاد شما مبتلا به یرقان به نظر برسد ماما انجام تست غربالگری را توصیه خواهد کرد. گاهی تشخیص اینکه پوست نوزاد زرد است، بخصوص برای نوزادان با پوست تیره، مشکل است. در این موارد تست غربالگری نتیجه دقیقتری از ارزیابی بصری خواهد داشت.

گزینه های غربالگری

امکان دارد ماما پیشنهاد کند نوزاد شما در ۲۴ تا ۷۲ ساعت اول برای یرقان مورد تست غربالگری قرار بگیرد. این تست اولیه، حتی اگر نوزاد شما علائم قابل مشاهده اولیه یرقان را نداشته باشد، میتواند انجام شود.

برای اغلب نوزادان یرقان معمولا در بین سه تا پنج روز اول زندگیشان قابل مشاهده میشود. ماما در صورتیکه متوجه بشود که نوزاد شما مبتلا به یرقان به نظر میرسد، تست غربالگری را توصیه خواهد کرد.

آزمایش خون

آزمایش خون شیوه دیگری برای اندازه گیری سطح بیلروبین

نوزاد شما است. برای آزمایش خون از نوزاد، ماما یکی از این اقدامات را انجام خواهد داد:

- گرفتن خون از پاشنه پا و بردن نمونه به آزمایشگاه
- درخواست از شما که نوزادتان را برای گرفتن خون بوسیله
- درخواست از شما که در صورت تمایل برای گرفتن خون از نوزادتان بوسیله نرس تا ۲۴ ساعت در بیمارستان منتظر بمانید

اگر سطح بیلروبین نوزاد شما بالا باشد، ماما با شما صحبت خواهد کرد و به شما خواهد گفت گزینه هایتان برای مداوای نوزاد چیست.

اگر سطح بیلروبین نوزاد شما بالا نباشد، ماما به غربالگری نوزاد برای علائم یرقان ادامه خواهد داد، و در صورتیکه آزمایش دیگری بعدا لازم باشد به شما خواهد گفت.

بیلیمتر



بیلیمتر وسیله ای است که برای غربالگری یرقان بکار میرود. این وسیله با افکندن نور از طریق پوست بیلروبین را اندازه میگیرد. تست سطح بیلروبین با بیلیمتر برای نوزاد بدون درد است. اگر مامای شما به بیلیمتر دسترسی داشته باشد آنرا بر پوست پیشانی و یا سینه نوزاد فشار خواهد داد. نتیجه اندازه گیری فوراً نشان داده میشود و

اگر ماما درمورد نتیجه بیلیمتر از سطح بیلروبین نگران باشد آزمایش خون از نوزاد را توصیه خواهد کرد. گرچه بیلیمتر و آزمایش خون هر دو روشهای خوبی برای غربالگری بیلروبین هستند، آزمایش خون در تعیین سطح بیلیر و بین از بیلیمتر دقیق تر است.



چه علائمی نشان می‌دهد یرقان نوزاد من بیشتر جدی است؟

اگر سفیدی چشمان و پوست نوزاد شما زرد به نظر میرسد، و نوزاد شما:

- نمیخواهد غذا بخورد
 - o نوزاد شما باید هر دو تا چهار ساعت، ۸ تا ۱۲ بار در روز، مدت حداقل بیش از ۲۰ دقیقه در هر بار غذا بخورد هر بار غذا بخورد
- همیشه خواب آلود است و سخت بیدار میشود
 - o نوزاد شما نایستی در عرض ۲۴ ساعت بیش از ۴ تا ۶ ساعت بطور مداوم بدون بیدار برای تغذیه بخوابد
- باندازه کافی پوشک اش را خیس و کثیف نمی‌کند؛ باید انتظار داشته باشید:
 - o روز ۱ = ۱ پوشک خیس، روز ۲ = ۲ پوشک خیس، روز ۳ = ۳ پوشک خیس
 - o وقتی شیر رسیده میشود (بین روز سوم و پنجم)، شش تا هشت پوشک خیس در روز و دو یا بیشتر مدفوعی که به شکل آب زرد رنگ، سبز، یا قهوه ای است. مدفوع 'دانه ای' طبیعی است.

• بلند گریه میکند

فورا با مامايتان تماس بگیرید.



اگر کودک یرقان داشته باشد میتوانم به او شیر بدهم؟

بله میتوانید. نوزادان از طریق ادرار و مدفوع بیلروبین اضافی را دفع میکنند. اگر نوزاد شما یرقان داشته باشد خیلی مهم است که خوب تغذیه بشود و به او کمک کنید که پوشکهای بیشتری را خیس و کثیف کند. پرستاری شیر دادن به از نوزاد در واقع میتواند از بدتر شدن یرقان جلوگیری کند.

ماما به شما و نوزادتان کمک خواهد کرد تا شیردهی به از نوزاد فورا بعد از تولد شروع بشود. ماما همچنین بعد از تولد نوزاد منظما مرتب از شما بازديد خواهد کرد و هر نگرانی ای در مورد تغذیه نوزاد داشته باشید را پیگیری خواهد کرد.

یرقانهای شدیدتر چطور درمان میشوند؟

نوردرمانی (phototherapy) رایج ترین راه درمان یرقانهای شدید است. نوردرمانی نوزاد شما را در معرض اشعه نور مخصوصی قرار میدهد که از طریق پوست جذب میشود. این اشعه به نوزاد کمک میکند که بیلروبین اضافی به شکلی که راحت تر از طریق ادرار و مدفوع دفع میشود بشکند. برای اطلاعات بیشتر در مورد نوردرمانی، لطفا رجوع کنید به:

نوردرمانی چیست؟ - قابل دسترس روی صفحه

Client Handouts در سایت

OntarioMidwives.ca

یرقان شیر مادر

تعداد خیلی کمی از نوزادان که فقط شیر مادر میخورند میتوانند به نوعی یرقان که یرقان شیر مادر نامیده میشود مبتلا بشوند.

یرقان شیر مادر:

- نوعی یرقان فیزیولوژیک است
- معمولا بعد از روز پنجم پس از تولد ظاهر میشود
- میتواند تا بیش از ۱۲ هفته ادامه داشته باشد، و
- تقریبا همیشه خودبخود و بدون درمان برطرف میشود

سئالات

اگر بعد از مطالعه این جزوه هر گونه نگرانی یا سئوالی داشتید با ماما صحبت کنید. یا در صورت تمایل میتواند ایده ها و یا سئالاتتان را در زیر بنویسید و در قرار ملاقات بعدی مطرح کنید:

