

برنامه مراقبت در منزل نوزدان مبتلا به عفونت خون (سپسیس)

نوزاد شما به تازگی با تشخیص عفونت خون در نوزادی و بهبودی نسبی از بیمارستان ترخیص شده است. این راهنما به شما و کسانی که از نوزاد مراقبت می‌کنند کمک می‌کند تا در خانه به خوبی از نوزاد مراقبت کنید، روند بهبود سریع‌تر شود و از بروز مشکلات پیشگیری شود.

مراجعه گرامی توجه فرمایید:

اولویت مراقبت در منزل با اجرای دستورات پزشک معالج می‌باشد

اهمیت مراقبت در خانه

بعد از ترخیص از بیمارستان، بخش بزرگی از درمان بیماری در خانه ادامه پیدا می‌کند به همین دلیل مراقبت خانگی اهمیت زیادی پیدا می‌کند، چون بسیاری از مشکلات و عوارض بیماری را می‌توان با اقدامات ساده در خانه پیشگیری یا کنترل کرد.

۱. توضیح عمومی و ماهیت بیماری

سپسیس نوزادی یعنی ورود باکتری به خون نوزاد. گاهی این باکتری بدون هیچ علامتی وجود دارد، اما اگر بدن نوزاد نتواند آن را از بین ببرد، واکنش التهابی شدیدی شروع می‌شود که به آن سپسیس می‌گوییم. بدن نوزاد در این حالت ممکن است دچار تغییرات در دمای بدن، ضربان قلب، تنفس و تعداد گلبول‌های سفید شود. حتی در برخی موارد علائم ممکن است شبیه بیماری‌های دیگر باشند، بنابراین تشخیص درست و مراقبت دقیق ضروری است.

۲. عوامل ایجاد بیماری

سپسیس نوزادی ممکن است از چند راه وارد بدن نوزاد شود:

۱. انتقال از مادر قبل از تولد: برخی عفونت‌های مادر می‌توانند از طریق جفت به نوزاد منتقل شوند.

۲. انتقال هنگام زایمان: باکتری‌ها ممکن است از واژن مادر به نوزاد برسند.

۳. پس از تولد: عفونت‌ها می‌توانند از محیط، افراد یا بیمارستان منتقل شوند. نوزادانی که در NICU بستری شده‌اند یا وسایل پزشکی مانند کاتتر یا لوله تنفسی دارند، بیشتر در معرض این نوع عفونت‌ها هستند.

۴. عوامل دیگر: کم‌وزنی، نارس بودن، مشکلات ایمنی بدن، استفاده از شیر خشک یا تغذیه داخل وریدی و تماس با وسایل آلوده.

۳. درمان

در بیمارستان، نوزادان پرخطر تحت بررسی دقیق قرار می‌گیرند. درمان شامل:

- رعایت بهداشت محیط و شست‌وشوی مرتب دست‌ها
 - کنترل دمای بدن و تنفس نوزاد
 - جلوگیری از استرس‌های محیطی
 - مایعات مناسب و کنترل الکترولیت‌ها و قند خون
 - درمان‌های ضد میکروبی گسترده در شروع بیماری تا قبل از شناسایی نوع باکتری
- پس از ترخیص، نوزاد شما ممکن است هنوز نیاز به داروهای خوراکی یا تزریقی داشته باشد و شما باید دستورالعمل پزشک را دقیق اجرا کنید.

۴. داروها

نوزاد شما ممکن است چند نوع داروی ضد عفونت دریافت کند. نکات مهم برای مادر:

- داروها را دقیقاً طبق دستور پزشک و در زمان مشخص بدهید.
- اگر نوزاد دچار تهوع، استفراغ، تغییرات پوستی یا کولیک شد، سریع به پزشک اطلاع دهید.
- هیچ‌گاه دارویی را خودسرانه قطع یا اضافه نکنید.
- برخی داروها ممکن است تداخل داشته باشند، بنابراین همیشه پزشک را از داروهای دیگر مطلع کنید.

۵. تغذیه و شیر دادن

شیر مادر بهترین تغذیه برای نوزاد است و به تقویت سیستم ایمنی او کمک می‌کند. نکات مراقبتی:

- نوزاد را طبق زمان و میزان توصیه شده پزشک شیر دهید.
- اگر نوزاد نارس است، ممکن است نیاز به تغذیه با لوله یا فنجان یا سرنگ داشته باشد.
- اگر شربت یا مکمل تجویز شده، طبق دستور مصرف کنید و مطمئن شوید نوزاد تمام مقدار را دریافت کرده است.

۶. علائم خطر

مادر باید بداند چه زمانی نوزاد در خطر است و نیاز به مراجعه فوری دارد:

- پوست یا لب‌ها کبود یا مایل به آبی شده‌اند
- تنفس سریع، سخت یا قطع تنفس کوتاه
- بی‌حالی، خواب زیاد یا شیر نخوردن
- تشنج یا حرکات غیرعادی

اگر هر کدام از این علائم ظاهر شد، فوراً به مرکز درمانی مراجعه کنید.

۷. زمان مراجعه به پزشک

حتی اگر علائم شدید نباشد، لازم است نوزاد برای بررسی وضعیت رشد، وزن، تنفس و آزمایش‌های کنترل به موقع توسط پزشک ویزیت شود. معمولاً:

- ویزیت هفتگی در هفته‌های اول پس از ترخیص
- انجام آزمایش‌ها طبق دستور پزشک
- پیگیری وزن و رشد نوزاد
- هرگونه تغییر در رفتار یا تغذیه نوزاد باید گزارش شود

۸. مراقبت از خود مادر

سلامت مادر برای مراقبت از نوزاد حیاتی است:

- دست‌ها را مرتب و قبل از تماس با نوزاد بشویید
- استراحت کافی داشته باشید
- تغذیه سالم و مایعات کافی دریافت کنید
- در صورت احساس اضطراب یا افسردگی پس از زایمان، کمک حرفه‌ای بگیرید
- از تماس با افراد بیمار خودداری کنید

۹. سطح فعالیت مادر و نوزاد

- نوزاد را فقط زمانی که پزشک توصیه کرده، بغل کنید و از روش های مخصوص برای نوزاد نارس استفاده کنید. این روش ها را از پرستار یا پزشک آموزش ببینید.
- فعالیت نوزاد در روز باید مطابق توانایی او باشد، از بازی آرام و لمس کردن ملایم استفاده کنید.
- مادر می تواند فعالیت های سبک خانه را انجام دهد، اما از بلند کردن وسایل سنگین خودداری کند تا توانایی مراقبت از نوزاد حفظ شود.

۱۰. پرسش های متداول

- آیا بیماری نوزاد من می تواند به سایر اعضای خانواده منتقل شود؟
بakteri ها معمولاً از طریق تماس مستقیم یا وسایل آلوده منتقل می شوند، بنابراین رعایت بهداشت بسیار مهم است.
- چه زمانی باید داروها را قطع کنم؟
فقط طبق دستور پزشک و حتی اگر نوزاد بهتر شده باشد، داروها را کامل بدهید.
- آیا شیر مادر کافی است؟
بله، شیر مادر بهترین منبع تغذیه و ایمنی نوزاد است. اگر نوزاد نارس است، ممکن است نیاز به مکمل یا تغذیه لوله ای داشته باشد.
- چگونه تب یا علائم نوزاد را اندازه بگیرم؟
دمای بدن را با دماسنج مناسب نوزاد بررسی کنید. تغییرات شدید یا طولانی مدت دما را به پزشک گزارش دهید.
- اگر محیط خانه آلوده بود چه کار کنم؟
دست ها را مرتب بشویید، سطوح را تمیز نگه دارید و از افراد بیمار دوری کنید.
- آیا می توانم نوزاد را به خارج از خانه ببرم؟
در هفته های اول، بهتر است تماس نوزاد با افراد و محیط خارج محدود شود تا خطر عفونت کاهش یابد.

منابع:

- UpToDate: Neonatal sepsis: Clinical manifestations, diagnosis, and treatment
- PubMed: Neonatal sepsis: Risk factors, pathophysiology, and management
- MedlinePlus: Neonatal sepsis

- American Academy of Pediatrics (AAP) Guidelines on Neonatal Infections