

新生儿的护理工作探讨

欧艳霞

吉林大学第一医院梅河医院 吉林 梅河口 134000

[摘要]随着育儿观点的不断进步,医学的不断发展,新生儿已经成为大家关注的焦点,新生的护理也受到人们越来越多的关注,科学的照顾新生儿受到人们热切的追捧,对新生儿的科学喂养,新生儿脐部、黄疸、臀部、皮肤、眼部护理都十分重要,还要注意新生儿疫苗的及时接种,对新生儿睡眠的关注,以及对新生儿饮食的管理都是需要我们去学习的。

[关键词]新生儿; 专项护理; 睡眠疫苗

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-627X.2021.11.453

一、新生儿的科学喂养

刚出生的婴儿,与外界的交流方式就是啼哭,婴儿哭了大多数是饿了,拉臭臭了,尿了,当宝宝没拉没尿的时候应该就是饿了,这个时候要让新生儿吸吮妈妈的乳汁,但并不是每个妈妈刚生完宝宝都有奶,即使没有也要让新生儿吸吮,产生刺激才会产出乳汁,如果准妈妈刚开始没有乳汁,那就需要给宝宝喂奶粉,奶粉要求三个小时一喂,刚开始要少量,10-40ml左右按需供给,摇晃奶粉冲奶粉时要尽量避免出现过多的空气,两次奶粉之间需要喂水,水量5-20ml,新生儿如果是吃母乳那就两个小时一喂,让宝宝把两边乳汁都吸干净,如果宝宝吸一吸就睡着了,妈妈可以适当弹弹宝宝脚心,让宝宝喝饱饱的再睡觉,这样宝宝能挺很长一段时间不饿,妈妈也能得到更好的休息,对乳汁的分泌也是好的,每次喂完奶都要给宝宝拍嗝,因为宝宝吃奶的过程中会进入空气,拍嗝可以让肚子里的一部分空气排出去,因为新生儿发育还不完全,新生儿的肠子比正常成年人要长很多,不排出肠子里的气体,会导致新生儿肠胀气的产生。在这里我要强调一下,无论是奶粉喂养,母乳喂养还是混合喂养,都需要记录一下,做好记录方便了解婴儿的饮食情况,婴儿啼哭的原因等等,所以科学喂养对于新生儿和新手妈妈来说十分重要。

二、新生儿的脐部护理

宝宝刚出生肚脐眼还没有掉,伤口没有愈合,很容易感染,所以肚脐眼的护理十分重要,新生儿刚出生我们要侧抱,既不影响新生的脊椎发育,同时也避免我们的身体与新生的肚脐摩擦感染,在肚脐没有脱落之前,最好用脐带包裹,避免感染我们建议新生儿最好每天都洗澡,洗完澡以后要给婴儿做抚触,之后就是肚脐眼消毒,要拿碘伏对肚脐眼周围,特别是感觉有血水的地方进行消毒,要注意手法,要轻轻的还要每个地方都完全消毒,消毒之后要用脐带上肚脐眼,直到新生的肚脐脱落,一般新生的肚脐会3-10天左右脱落,脐带脱落之后肚脐可能也会出现有分泌物的情况,这个时候还需要每日用碘伏消毒,保持肚脐周围干燥清洁,肚脐处理不好会引起新生儿的败血症等疾病,所以我们要重视新生儿肚脐的护理。

三、新生儿黄疸的处理

刚出生的婴儿大多数都白白嫩嫩,可是过几天新手妈妈

就会发现,孩子的脸和身上会变黄,这个时候不要慌,这就是新生儿黄疸,由于新生儿胆红素的代谢特点,一般新生儿2-3天开始有黄疸,多数7-10天就自然消退,只要新生儿正常吃奶,正常拉臭臭,黄疸就会随着粪便排除,即使不消退也会减轻,如果不减轻越来越黄那就需要去医院测黄疸值,如果过高,要听医生的建议照蓝光,尽管准妈妈都很心疼自己的宝宝,但是如果黄疸值很高还是要照蓝光,黄疸过高也会威胁到宝宝的生命,还有一种是母乳性黄疸,只要妈妈母乳,孩子黄疸就不会那么快消退,3-4个月以后黄疸也会慢慢消退。

四、新生儿的臀部护理

尿不湿的产生真是给新手妈妈带来极大地便利,有了尿不湿再也不用担心宝宝尿尿拉臭臭拉大人身上了,尿不湿虽然很便利,但是它也有很大的弊端,尿不湿不是十分透气,宝宝用尿不湿时间过久屁屁就会红,甚至有些过敏的宝宝会起疹子,所以白天太阳较好的时候要给宝宝亮亮屁屁,杀菌消毒,每次宝宝拉臭臭之后都要用温水把宝宝的屁股洗干净,让宝宝的屁股保持干爽清洁,如果晚上新手妈妈太累,可以适当用尿不湿,但是也不要一个用一宿,晚上每次喂奶的时候摸摸尿不湿,看看宝宝尿没尿拉没拉,要及时更换尿不湿,如果发现宝宝屁股红了,要给宝宝抹护臀膏,或者擦些玉米粉,基本上几天就好了。

五、新生儿的皮肤护理

刚出生的新生儿喜欢用手摸自己的脸颊,由于新生儿的指甲比较长,可能会抓坏脸的皮肤,所以新手爸妈要检查新生儿的指甲是否过长,及时剪短,避免脸部划伤,新生儿对温度要求比较高,如果温度过高可能会使婴儿起痱子或者湿疹,所以要保持室内温度不能过高,还要保持衣服和皮肤不能过于潮湿,每次新生儿洗完澡也尽量用润肤乳涂全身,保持皮肤不那么干燥,避免湿疹的产生。

六、新生儿应及时接种疫苗

新生儿要求24小时内接种卡介苗,接种卡介苗采用皮内注射法,如因特殊原因医生告知无法接种的新生儿应于产后三个月内接种,超过三个月未接种的新生儿需要做结核菌素试验,确诊没有感染结合才可接种卡介苗,接种卡介苗两到三天后新生儿的皮肤会局部发红,2-3周形成红肿硬块,中间逐步软化形成小脓疱,破溃后留有疤痕,个别婴儿会有邻近

淋巴肿大、化脓、破溃，可请医生帮助处理，新生儿每个月都有要接种的疫苗，没有特殊原因新生儿要按时去社区医院接种疫苗，还需让医生检查孩子的发育情况，尽早发现问题解决问题。

七、新生儿眼部护理

刚出生的新生儿喜欢睡觉，不爱睁眼睛，眼部就会分泌大量的粘液，所以新手妈妈需要用干净消毒的医用棉签蘸取清水及时擦去宝宝眼部分泌的粘液，宝宝刚出生的前几个月是视觉发育非常关键的时候，要及时让宝宝得到足够的眼部刺激，否则孩子以后的视力就不是那么好了。给新生儿训练眼部正确的做法是：让新生儿尽可能的多见光，经常给孩子看一些色彩丰富的东西，给新生儿买一些黑白卡和彩色卡，让宝宝视觉受到光和色的刺激，这样能够增强新生儿视觉的灵敏度，并让新生儿能够感觉到白天亮、晚上暗，开灯亮、关灯暗，这样其实还能够帮助新生儿建立条件反射，让新生儿知道到天亮了是什么样，关灯是什么样，训练新生儿白天张开眼睛玩耍，夜晚要闭眼睡觉，不要给新生儿太强烈的光，对新生儿的眼睛产生不好的影响。新生儿的视觉系统发育的非常快，新生儿3个月时，眼睛的聚焦功能其实已经跟成年人差不多了，6个月时，视力基本上是成年人的20%，2岁时差不多就跟成年人一样了。新生儿眼睛的搜索和跟踪能力也是发育的特别快的，1个月时，就已经能够用平稳的眼动追踪一个移动较慢的物体，6个月时，新生儿基本上就能够熟练掌握，能追踪物体快速移动眼球。新生儿对颜色知觉能力同样也是发育的特别快的，1到2个月就已经能够认识各种各样的颜色了，4到5个月时，已能够分辨出哪些颜色是同一种颜色。

八、新生儿的睡眠

刚出生的新生儿大多数都是在睡觉，一个月以内的新生儿每天的睡觉时间可长达20个小时，睡眠时间是混乱的，没有什么规律可循，每次睡眠半个小时到三个小时不等，晚上睡觉时间比较长一些，新生儿大约6周以后才能有规律的睡眠，新手妈妈要摸清孩子的睡眠规律，跟宝宝的作息时间保持同步，既能跟新生儿互动玩耍，还能保证充分的休息。

九、新生儿肠胀气的处理

大约在新生儿出生一个月之后，新生儿就会或多或少的出现肠胀气的问题，新手妈妈可能不太明白新生儿为何会声嘶力竭的哭闹，以为宝宝可能饿了，就给新生儿不停地喂奶，但是越喂奶越发现孩子哭闹的更加厉害，其实这个时候就是宝宝肠胀气了，肚子里有气，不舒服才会哭闹，所以新手妈妈要多观察宝宝，能够分辨出宝宝是饿了哭还是不舒服了哭，及时解决宝宝的需求。针对肠胀气，我们可以在孩子不哭闹的时候尽量避免，每次喂完奶一定要给新生儿拍嗝，5分钟左右，喂完奶半个小时以后可以给宝宝顺时针揉肚子，或者做排气操，让宝宝肚子里的气体及时排出，这样就不会产生新生儿肚子的气越积越多无法排出而大声哭闹，发现宝

宝因为肠胀气而大声哭闹时，新手妈妈不要给孩子喂奶，吃奶吃的越多产生的气体越多，会导致宝宝哭闹越加明显，哭闹严重时，可以产用飞机抱，用热乎毛巾敷肚子，或者用大人的皮肤直接贴合宝宝的肚子等方式，宝宝肚子暖暖的，把气及时排出去就不哭了。

十、新生儿的饮食护理

刚出生的婴儿，只需要喝母乳或者奶粉和水，只喝母乳的婴儿要注意先放水再放奶粉，水温在45-50度之间，一定要按照说明书的计量给宝宝冲奶粉，奶粉偏干会引起宝宝便秘，奶粉太稀会引起宝宝吃不饱，无法更好的记录宝宝的饥饿程度，不同月龄的宝宝喝奶粉的量不同，新手妈妈要及时观察调整宝宝喝奶粉的量，喂奶粉的宝宝一定要喂水，喂母乳的宝宝，准妈妈的饮食直接影响宝宝的肠胃情况，准妈妈要饮食清淡，不吃辣的，太油腻的，减轻新生儿肠胃的负担，提高新生儿消化功能。6个月以后，可以给宝宝添加辅食，添加辅食的原则要少量，少换花样，看看宝宝每天的精神状态，排便情况，皮肤状态，适当慢慢增加辅食的量和种类，晚上尽量不要给宝宝添加产气多的辅食，以免引起宝宝肠胃不适，能吃辅食期间，尽量训练宝宝自己动手吃饭，让宝宝既可以养成自己吃饭的好习惯，还能训练宝宝手部的灵活程度。

总而言之，每一个家庭都希望自己的宝宝出生后能够健康快乐的成长，由此可见新生儿护理是极其重要的，要引起我们高度重视，新生儿出生不久，无法马上适应外部的环境，并且新生儿的生理功能和体质都比较薄弱，因此，新生儿护理是新生儿时期的重要工作内容，也是新生儿保健工作的重要部分，提高新生儿的护理水平，就等于给新出生儿的健康成长营造一个良好的环境，新生儿的护理应需细心、科学、合理，这就等于给新出生儿的健康成长营造一个良好的环境。

参考文献

- [1] 邵肖梅, 叶鸿瑁, 丘小汕. 实用新生儿学[M] 第4版 北京: 人民卫生出版社. 2011
- [2] 彭田红. 浅谈新生儿护理的体会[J]. 华章, 2013. 2: 359
- [3] 陈琴. 母婴同室新生儿护理体会[J]. 中国社区医师(医学专业). 2013-03-08
- [4] 陈清霞, 付伟. 新生儿体温测量研究现状[J]. 健康研究, 2013-04-15
- [5] 田继敏, 胥素平. 医院新生儿室环境卫生学监测[J]. 中国消毒学杂志 2008-07-15
- [6] 李自美. 新生儿皮肤护理体会[J]. 世界中医药. 2012-03-16
- [7] 何小仁, 廖凯明. 新生儿脐带护理浅析[J]. 中外妇儿健康. 2011-05-15
- [8] 张凤梅, 王成贤, 张静. 新生儿护理及新生儿疾病的预防[J]. 职业与健康, 2005, 21(6): 956-957