



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

آپنه تنفسی در نوزاد چیست چگونه مراقبت کنید؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش NICU

تدوین: پاییز ۱۴۰۳

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: ۰۴-AC-15T



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل
با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس
حاصل نمایید.

منبع: نظام مراقبت و پیگیری شیرخواران پرخطر مرخص شده
از بخش مراقبت های ویژه نوزادان

در هنگام خواب نوزاد به نکات زیر توجه

نمایید:

- نوزاد را به پشت بخوابانید.
- برای خواب نوزاد از تخت بزرگسالان و مبل فنی استفاده نکنید.
- از صندلی مخصوص ماشین فقط در ماشین استفاده کنید و برای خواباندن نوزاد در طول شب و خواب نیم روزی از آن استفاده نکنید.
- در هنگام خواب اسباب بازی ها و بالش ها را از روی تخت بردارید تا باعث خفگی نوزاد نشود.
- سیگار ، قلیان و هیچ ماده دخانی دیگری نکشید و اجازه ندهید کس دیگری هم در اطراف نوزاد شما از دخانیات استفاده کند
- از تکان دادن شدید شیر خوار پرهیز کنید .

وقفه تنفسی یا آپنه چیست؟

یک وضعیت نسبتاً شایع در نوزادان خصوصاً نوزاد نارس است که در آن تنفس نوزاد برای مدت کوتاهی متوقف می شود.

معیار وقفه تنفسی:

- بیش از ۱۵ تا ۲۰ ثانیه طول بکشد
- سبب کاهش ضربان قلب نوزاد بشود
- سبب تغییر رنگ نوزاد شود یا اکسیژن خون نوزاد کاهش یابد.

هر چند آپنه در نوزادان رسیده هم رخ می دهد ولی در نوزادان نارس بیشتر است. وقتی یک نوزاد آپنه دارد، ضربان قلب وی به ۸۰ تا ۱۰۰ ضربه در دقیقه کاهش می یابد. آپنه اغلب به دلیل نارسی نوزاد است و عدم تکامل سیستم عصبی - مغز نوزاد مربوط می شود زیرا تنفس به وسیله مغز و سیستم عصبی کنترل می شود.

درمان وقفه تنفسی در نوزادان چگونه است؟

شایع ترین روش درمان آپنه این است که نوزاد را به آرامی لمس کنید و تا دوباره نفس بکشد. پشت یا کف پای نوزاد را به آرامی مالش دهید یا نوازش کنید. با این کار تنفس نوزاد تحریک می شود در برخی نوزادان از داروی آمینوفیلین برای درمان استفاده می شود و یا دو لوله باریک و نرم در بینی نوزاد قرار داده می شود و از راه آنها هوا با اکسیژن داده می شود. این کار کمک می کند تا راه های هوایی بینی و گلو باز و هوای بیشتری در ریه باقی بماند. با بزرگتر شدن شیرخوار این مشکل به تدریج برطرف می گردد.



چگونه از آپنه پیشگیری کنید؟

- نوزاد خواب آرامی داشته باشد و از خواب بیدار نکنید.
- بغل کردن درست نوزاد نارس خیلی مهم است توجه کنید وضعیت نوزاد طوری باشد که سر و گردن نوزاد در یک خط مستقیم قرار بگیرد. وضعیت خوب راه هوایی در هنگام تغذیه، خواب و نوازش نوزاد خیلی مهم است.
- دمای بدن نوزاد را تا حد امکان ثابت نگه دارید.
- در هنگام تعویض لباس و حمام دادن از سرد شدن نوزاد پیشگیری کنید. اگر نوزاد سرد شد باید فوری او را گرم کنید. در تغذیه نوزاد نارس ممکن است مکیدن سخت و سریع باشد و هنگام مکیدن و بلعیدن اغلب نوزادان نارس دچار آپنه می شوند.
- پرستار به شما آموزش می دهد چگونه رنگ و تنفس نوزاد را مشاهده کنید و چگونه تغذیه را انجام دهید تا تنفس های نوزاد به طور ثابت حفظ شود.
- از کشیدن سیگار قلیان و هر نوع ماده دخانی در منزل پرهیز کنید.