

# دکتر! نوزاد من؟

راهنمای مادران، دربارهٔ  
مشکلات روزمرهٔ نوزادان

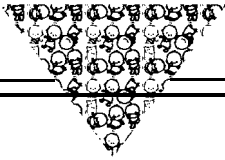
تألیف

دکتر احمد مدنی

فوق تخصص نوزادان

و متخصص کودکان





|    |                                |    |                           |
|----|--------------------------------|----|---------------------------|
| ۱۵ | یادنامه                        | ۳۲ | دانه‌های زیر پوست سر      |
| ۱۶ | دربارهٔ این کتاب               | ۳۲ | داغ بودن سر               |
| ۱۷ | نوزاد کیست؟                    | ۳۳ | عرق کردن سر               |
| ۲۱ | ۱ دکتر! آیا نوزاد من سالم است؟ | ۳۳ | عرق کردن سر و بیماری قلبی |
| ۲۲ | مو                             | ۳۴ | گردن                      |
| ۲۲ | موی سر                         | ۳۴ | برآمدگی در یک طرف گردن    |
| ۲۲ | حالت مو                        | ۳۴ | لکهٔ قرمز در پشت گردن     |
| ۲۲ | رنگ مو                         | ۳۵ | عرق سوز زیر گردن          |
| ۲۲ | موی طلایی یا سفید              | ۳۶ | کج گرفتن گردن             |
| ۲۳ | پیچ اضافی مو                   | ۳۷ | صورت                      |
| ۲۳ | موی گوش و پیشانی               | ۳۷ | لکه‌های قرمز روی صورت     |
| ۲۳ | موهای نابجا                    | ۳۷ | لکهٔ ماه گرفتگی           |
| ۲۳ | موی زیاد و غیرعادی             | ۳۸ | رنگ گونه‌ها و صورت        |
| ۲۴ | پوسته‌های زرد در موها          | ۳۸ | ضایعات پوستی گونه‌ها      |
| ۲۴ | مورچه، و ریزش مو               | ۳۹ | چنگ زدن سر و صورت         |
| ۲۵ | سر                             | ۴۰ | اخم کردن نوزاد            |
| ۲۵ | کشیدگی سر                      | ۴۰ | خندیدن نوزاد              |
| ۲۵ | بدشکل بودن سر                  | ۴۰ | لرزش چانه                 |
| ۲۶ | سر ناصاف و پله دار             | ۴۰ | فرورفتگی در چانه          |
| ۲۶ | برجستگی تیغهٔ میان پیشانی      | ۴۱ | چشم                       |
| ۲۶ | برجستگی دو طرف سر              | ۴۱ | بینایی                    |
| ۲۶ | فرورفتگی دو طرف سر             | ۴۱ | ارتباط عاطفی با نگاه      |
| ۲۷ | برجستگی استخوان پشت‌سری        | ۴۱ | ورم پشت چشم‌ها            |
| ۲۷ | گودی پشت گردن                  | ۴۲ | بسته بودن چشم‌ها          |
| ۲۷ | توده‌های نرم در سر             | ۴۲ | روش مشاهدهٔ چشم‌ها        |
| ۲۸ | ملاج یا جان‌دانه               | ۴۲ | تشخیص رنگ‌ها              |
| ۲۹ | اندازهٔ دور سر                 | ۴۲ | سنجش بینایی               |
| ۳۰ | اندازه‌گیری دور سر             | ۴۳ | حساسیت به نور             |
| ۳۱ | اندازه‌گیری قد                 | ۴۳ | دنبال کردن اجسام          |
|    |                                | ۴۳ | ثابت ماندن نگاه           |
|    |                                | ۴۳ | حرکات سریع چشم‌ها         |



|                                   |    |                                    |    |
|-----------------------------------|----|------------------------------------|----|
| زبان جغرافیایی .....              | ۵۵ | نگاه کردن به بالا .....            | ۴۴ |
| مهار زبان .....                   | ۵۶ | لوچ کردن چشم‌ها .....              | ۴۴ |
| آبی رنگ بودن زیر زبان .....       | ۵۶ | رنگ چشم‌ها .....                   | ۴۴ |
| برجستگیهای زیر زبان .....         | ۵۶ | زردی چشم .....                     | ۴۵ |
| <b>دهان</b> .....                 | ۵۶ | آبی بودن سفیدی چشم .....           | ۴۵ |
| دانه‌های سفید روی لثه .....       | ۵۶ | لکه خون در سفیدی چشم .....         | ۴۵ |
| دانه‌های سفید سقف دهان .....      | ۵۷ | لکه خاکستری در سفیدی چشم .....     | ۴۵ |
| سفیدی سقف دهان .....              | ۵۷ | رفتن مو در چشم .....               | ۴۶ |
| شکاف کام .....                    | ۵۷ | آرایش چشم با سرمه! .....           | ۴۶ |
| دانه‌های سفید روی لوزه‌ها .....   | ۵۸ | اشک نوزاد .....                    | ۴۶ |
| برفک دهان و زبان .....            | ۵۸ | آلودگی چرکی چشم‌ها .....           | ۴۷ |
| مبارزه با برفک .....              | ۵۸ | گرفتگی مجرای اشکی .....            | ۴۷ |
| دندانهای نوزادی .....             | ۶۰ | میل زدن چشم .....                  | ۴۸ |
| <b>گوش</b> .....                  | ۶۰ | آبسه مجرای اشکی .....              | ۴۸ |
| شنوایی نوزاد .....                | ۶۰ | توده کوچک در کنار ابرو .....       | ۴۸ |
| ناشنوایی نوزاد .....              | ۶۰ | <b>بینی</b> .....                  | ۴۹ |
| لاله برجسته گوش .....             | ۶۱ | بویایی نوزاد .....                 | ۴۹ |
| هم شکل نبودن لاله‌های گوش .....   | ۶۱ | دانه‌های سفید روی بینی .....       | ۴۹ |
| تکمه جلوی گوش .....               | ۶۱ | گرفتگی بینی .....                  | ۴۹ |
| سوراخ جلوی گوش .....              | ۶۲ | اهمیت باز بودن بینی .....          | ۵۰ |
| سوراخ کردن گوش .....              | ۶۲ | چکاندن آب نمک در بینی .....        | ۵۰ |
| چرا گوش باید سوراخ شود؟ .....     | ۶۲ | تمیز کردن بینی با وسایل دیگر ..... | ۵۱ |
| روش سنتی سوراخ کردن گوش .....     | ۶۳ | مکنده بینی .....                   | ۵۱ |
| سوراخ کردن گوش با تفنگ! .....     | ۶۳ | قطره‌های دارویی برای بینی .....    | ۵۱ |
| انتقال عفونت با تفنگ! .....       | ۶۴ | چکاندن شیر در بینی .....           | ۵۲ |
| عوارض سوراخ کردن گوش .....        | ۶۴ | گرفتگی جدی بینی .....              | ۵۲ |
| عفونت گوش .....                   | ۶۵ | بسته بودن انتهای بینی .....        | ۵۳ |
| گوش‌درد و خوابیده شیر خوردن ..... | ۶۶ | <b>لب</b> .....                    | ۵۳ |
| آب رفتن در گوش .....              | ۶۶ | برجستگی میان لب‌ها .....           | ۵۳ |
| تمیز کردن گوش .....               | ۶۷ | کبودی لب‌ها .....                  | ۵۳ |
| <b>سینه و دستگاه تنفس</b> .....   | ۶۷ | لب‌های شیری رنگ .....              | ۵۴ |
| برآمدگی نوک استخوان جناغ سینه ..  | ۶۷ | لب شکری .....                      | ۵۴ |
| برآمدگی لبه دنده‌ها .....         | ۶۷ | <b>زبان</b> .....                  | ۵۴ |
| ترشح شیر از سینه .....            | ۶۷ | چشایی نوزاد .....                  | ۵۴ |
| عفونت و آبسه سینه .....           | ۶۸ | سفیدی روی زبان .....               | ۵۵ |



- ۸۶ ..... ورم دستگاه تناسلی  
 ۸۷ ..... زائده بکارت  
 ۸۷ ..... خونریزی از مجرای تناسلی  
 ۸۷ ..... ترشحات مجرای تناسلی  
 ۸۸ ..... **دستگاه تناسلی نوزاد پسر**  
 ۸۸ ..... ورم دستگاه تناسلی  
 ۸۸ ..... بیضه‌ها  
 ۸۸ ..... پایین نیامدن بیضه‌ها  
 ۸۹ ..... آب داشتن بیضه‌ها  
 ۹۰ ..... فتق بیضه  
 ۹۰ ..... ترشحات سفید سر آلت  
 ۹۰ ..... بزرگی و کوچکی آلت  
 ۹۱ ..... بلند و سفت شدن آلت  
 ۹۱ ..... سوراخ سر آلت  
 ۹۱ ..... ختنه  
 ۹۲ ..... نظر خانواده‌ها  
 ۹۳ ..... نظرات پزشکان  
 ۹۴ ..... زمان ختنه  
 ۹۴ ..... روشهای ختنه کردن  
 ۹۵ ..... بی‌حسی موضعی یا بیهوشی عمومی؟  
 ۹۵ ..... بهداشت کودک ختنه شده  
 ۹۵ ..... ترشح از جای بخیه‌ها  
 ۹۶ ..... خونمردگی در پوست بیضه  
 ۹۶ ..... بنفش بودن سر آلت  
 ۹۶ ..... تورم محل بخیه‌ها  
 ۹۶ ..... تورم سر مجرای ادرار  
 ۹۶ ..... تنگی مجرای ادرار  
 ۹۷ ..... باقی ماندن نخ بخیه  
 ۹۷ ..... ناراحتی پیش از ادرار و ختنه  
 ۹۷ ..... عفونت ادراری و ختنه  
 ۹۸ ..... ختنه در ضمن اعمال جراحی  
 ۹۸ ..... ختنه توسط شخص خبره  
 ۹۹ ..... **پیشاب نوزاد**  
 ۹۸ ..... پیشاب کردن پس از تولد  
 ۹۸ ..... پیشاب نکردن نوزاد  
 ۶۹ ..... تنفس تند و نامنظم  
 ۷۰ ..... سرماخوردگی  
 ۷۰ ..... اهمیت گرما و رطوبت هوا  
 ۷۱ ..... دود کردن اسفند  
 ۷۱ ..... بوسیدن نوزاد  
 ۷۲ ..... سرفه  
 ۷۲ ..... سیاه سرفه  
 ۷۲ ..... عطسه  
 ۷۳ ..... خورخوردن  
 ۷۳ ..... گرفتگی صدا  
 ۷۴ ..... نوزاد و دود سیگار  
 ۷۴ ..... خمیازه کشیدن  
 ۷۵ ..... **شکم**  
 ۷۵ ..... بزرگی شکم  
 ۷۵ ..... دانه‌های قرمز روی شکم و بدن  
 ۷۶ ..... توده‌های قرمز عروقی  
 ۷۶ ..... پوسته ریزی بدن  
 ۷۶ ..... بند ناف  
 ۷۶ ..... بهداشت بند ناف و ناف  
 ۷۷ ..... دلمه روی ناف  
 ۷۷ ..... خونریزی از بند ناف  
 ۷۸ ..... خون آمدن از ناف  
 ۷۸ ..... ناف و مشکل استحمام نوزاد  
 ۸۱ ..... ترشحات سفید یا زرد ناف  
 ۸۱ ..... زائده میان ناف  
 ۸۲ ..... پاشیدن نمک بر زخم ناف!  
 ۸۲ ..... «سوزاندن» ناف  
 ۸۳ ..... ترشح مداوم از ناف  
 ۸۳ ..... ناف فرو رفته، برآمده و یا سیاه  
 ۸۳ ..... فتق نافی  
 ۸۴ ..... زور زدن نوزاد و فتق نافی  
 ۸۴ ..... بستن و پوشاندن فتق نافی  
 ۸۵ ..... فتق شکمی  
 ۸۵ ..... فتق کشاله ران  
 ۸۶ ..... **دستگاه تناسلی نوزاد دختر**



- ۹۹ ..... دفعات پیشاب نوزاد  
۹۹ ..... پیشاب سفیدرنگ  
۱۰۰ ..... لکه‌های نارنجی روی پوشک  
۱۰۰ ..... بوی پیشاب  
۱۰۱ ..... ناراحتی پیش از پیشاب کردن  
۱۰۲ ..... پیشاب کردن نازک و دردناک  
۱۰۲ ..... ادرار سوختگی  
۱۰۲ ..... حساسیت پوست نوزاد  
۱۰۳ ..... چگونگی ادرار سوختگی  
۱۰۳ ..... انواع ادرار سوختگی  
۱۰۳ ..... ادرار سوختگی قارچی و میکربی  
۱۰۴ ..... درمانهای خانگی  
۱۰۵ ..... پیشگیری از ادرار سوختگی  
۱۰۵ ..... پمادهای ضد سوختگی  
۱۰۶ ..... ادرار سوختگی طولانی  
۱۰۶ ..... علل ادرار سوختگی طولانی  
۱۰۷ ..... عفونت ادراری  
۱۰۸ ..... نمونه‌گیری ادرار  
۱۰۹ ..... درمان آزمایشگاه!  
۱۰۹ ..... مدفوع نوزاد  
۱۰۹ ..... قیرک یا مکونیوم  
۱۰۹ ..... خوراندن نیل به نوزاد  
۱۱۰ ..... قوام مدفوع  
۱۱۰ ..... دفعات دفع مدفوع  
۱۱۱ ..... کاهش دفعات دفع مدفوع  
۱۱۱ ..... دفع گاز روده‌ها  
۱۱۱ ..... ناراحتی پیش از دفع  
۱۱۲ ..... تنگ بودن مقعد  
۱۱۲ ..... کمک به دفع مدفوع  
۱۱۳ ..... تغییر رنگ مدفوع  
۱۱۳ ..... مدفوع سیاه رنگ  
۱۱۳ ..... مدفوع سفید رنگ  
۱۱۳ ..... مدفوع سبز رنگ  
۱۱۴ ..... چرا مدفوع سبز می‌شود؟  
۱۱۴ ..... سبز ماندن مدفوع پس از تولد
- ۱۱۴ ..... مدفوع سبز در اسهال عفونی  
۱۱۵ ..... خون در مدفوع  
۱۱۵ ..... رگه‌های خون تازه در مدفوع  
۱۱۶ ..... آبسه‌های چرکی اطراف مقعد  
۱۱۶ ..... بوی مدفوع  
۱۱۶ ..... اسهال عفونی  
۱۱۷ ..... تغییر شیر، و اسهال  
۱۱۷ ..... چشاندن غذا، و اسهال  
۱۱۸ ..... یبوست  
۱۱۸ ..... شیر مادر و یبوست نوزاد  
۱۱۸ ..... شیر خشک و یبوست نوزاد  
۱۱۹ ..... درمان یبوست نوزاد  
۱۱۹ ..... پشت و کمر  
۱۱۹ ..... لکه‌های پشت کمر  
۱۲۰ ..... سوراخ انتهای ستون مهره‌ها  
۱۲۰ ..... موهای پشت کمر  
۱۲۰ ..... برجستگی روی ستون مهره‌ها  
۱۲۰ ..... دست  
۱۲۰ ..... زائنده‌های کنار انگشتان  
۱۲۱ ..... انگشت‌های اضافی  
۱۲۱ ..... انگشت‌های غیرطبیعی  
۱۲۱ ..... بی‌حرکتی دست  
۱۲۲ ..... صدا دادن دست و پاها  
۱۲۲ ..... ناخن‌های بلند  
۱۲۳ ..... ریشه شدن کنار ناخن‌ها  
۱۲۳ ..... پا  
۱۲۳ ..... دررفتگی مفصل ران  
۱۲۴ ..... پاهای کمانی  
۱۲۴ ..... پا چنبری  
۱۲۵ ..... انحراف پا  
۱۲۶ ..... کف پای صاف  
۱۲۶ ..... توده برجسته در قوس کف پا  
۱۲۶ ..... گودی زیر قوزک پا  
۱۲۶ ..... انگشت‌های معیوب پا  
۱۲۷ ..... درد پای نوزاد



- ۱۵۶ ..... تخلیه کامل سینه‌ها  
 ۱۵۶ ..... ندادن پستانک  
 ۱۵۷ ..... ندادن شیرخشک  
 ۱۵۷ ..... آرامش خیال  
 ۱۵۹ ..... رعایت بهداشت فردی  
 ۱۶۰ ..... رعایت بهداشت سینه‌ها  
 ۱۶۰ ..... درست شیر دادن  
 ۱۶۱ ..... پوشیدن سینه‌بند مناسب  
 ۱۶۱ ..... ورزش  
 ۱۶۲ ..... تغذیه کامل و کافی  
 ۱۶۳ ..... خوردن خوراکی‌های شیرآور  
 ۱۶۵ ..... «سردی و گرمی!» نکردن  
 ۱۶۵ ..... پرهیز سنجیده از غذای نفاخ  
 ۱۶۶ ..... پرهیز سنجیده از غذاها  
 ۱۶۷ ..... نوشیدن شیرآورها  
 ۱۶۹ ..... استفاده از گیاهان شیرآور  
 ۱۷۳ ..... استفاده از داروهای شیرافزا
- ۵ دکتر! نوزاد سینه‌ام را نمی‌گیرد.** ۱۷۷  
 ۱۷۸ ..... مشکلات مادر  
 ۱۷۸ ..... روش نادرست شیردادن  
 ۱۷۸ ..... دیر مرخص شدن از بیمارستان  
 ۱۷۸ ..... اضطراب و نگرانی  
 ۱۷۹ ..... درشتی نوک پستان  
 ۱۸۱ ..... صاف بودن نوک پستان  
 ۱۸۲ ..... - ورزش برای نوک سینه صاف  
 ۱۸۴ ..... عفونت یا آبسه پستان  
 ۱۸۴ ..... شیردادن از یک سینه  
 ۱۸۵ ..... خوردن غذای بودار  
 ۱۸۵ ..... بوی خاص بدن  
 ۱۸۵ ..... دوره ماهانه  
 ۱۸۶ ..... ورزش کردن  
 ۱۸۶ ..... مشکلات نوزاد  
 ۱۸۶ ..... گرفتگی بینی
- ۱۲۷ ..... انحراف کف پا در ایستادن  
 ۱۲۸ ..... سرپنجه ایستادن  
 ۱۲۸ ..... بالا گرفتن پا  
 ۱۲۸ ..... کبود شدن پا  
 ۱۲۸ ..... کوتاه و بلند بودن پاها
- ۴ دکتر! چطور به نوزاد شیر بدهم؟** ۱۳۱  
 ۱۳۱ ..... اولین تماس مادر و نوزاد  
 ۱۳۲ ..... هم‌اتاقی نوزاد و مادر  
 ۱۳۳ ..... ترشح شیر با مکیدن نوزاد  
 ۱۳۴ ..... با نوزاد گرسنه چه باید کرد؟  
 ۱۳۴ ..... شیر موقت برای نوزاد  
 ۱۳۵ ..... مقدار شیر  
 ۱۳۶ ..... شیر دادن به نوزادان کوچک  
 ۱۳۷ ..... روش درست شیردهی  
 ۱۳۹ ..... اهمیت آغوز  
 ۱۳۹ ..... امتیازات شیر مادر
- ۳ دکتر! آیا شیرم کافی است؟** ۱۴۳  
 ۱۴۳ ..... نشانه‌های کفایت شیر  
 ۱۴۳ ..... نشانه‌های کفایت شیر در مادر  
 ۱۴۴ ..... نشانه‌های کفایت شیر برای نوزاد  
 ۱۴۵ ..... وزن نوزاد و کفایت شیر  
 ۱۴۶ ..... مشکلات توزین نوزاد  
 ۱۴۸ ..... کفایت شیر و ادرار نوزاد  
 ۱۴۹ ..... کفایت شیر و مدفوع نوزاد  
 ۱۴۹ ..... نشانه‌های عدم کفایت شیر
- ۴ دکتر! برای افزایش شیر چکنم؟** ۱۵۵  
 ۱۵۵ ..... عوامل مؤثر در افزایش شیر  
 ۱۵۶ ..... زود و مکرر شیر دادن  
 ۱۵۶ ..... هم‌اتاقی با نوزاد



- کوچک بودن نوزاد ..... ۱۸۶
- سردرگمی نوزاد ..... ۱۸۷
- عادت به پستانک ..... ۱۸۹
- خوردن شیر از بطری ..... ۱۸۹
- در خواب شیر خوردن ..... ۱۹۰
- برفک دهان ..... ۱۹۱
- تب ..... ۱۹۱
- سرمازدگی ..... ۱۹۱
- سرماخوردگی ..... ۱۹۱
- اسهال ..... ۱۹۲
- واکسن زدن ..... ۱۹۲
- نوردرمانی ..... ۱۹۲
- زرد شدن ..... ۱۹۳
- کوتاهی مهار زبان ..... ۱۹۳
- زایمان سخت ..... ۱۹۳
- چانه کوچک و پسرخته ..... ۱۹۳
- لب شکری یا شکاف کام ..... ۱۹۴
- بیماری عفونی ..... ۱۹۴
- بیماری قلبی ..... ۱۹۴
- تشنج ..... ۱۹۴
- شیر نخوردن بی دلیل ..... ۱۹۴
- ۶ دکتر! با شیردهی، مشکل داریم.** ..... ۱۹۹
- مشکلات روحی مادر و شیردهی.** ..... ۱۹۹
- توانایی برای شیردادن ..... ۱۹۹
- بی اشتهاپی پس از زایمان ..... ۲۰۰
- افسردگی پس از زایمان ..... ۲۰۰
- شرمساری از شیردادن ..... ۲۰۱
- مشکلات جسمی مادر و شیردهی** ..... ۲۰۲
- افزایش وزن و چاقی ..... ۲۰۲
- لاغر شدن با کم شیر دادن ..... ۲۰۲
- رژیم لاغری ..... ۲۰۳
- روژه گرفتن ..... ۲۰۳
- مشکلات شیر مادر و شیردهی** ..... ۲۰۴
- شیردادن پس از سزارین ..... ۲۰۴
- شیردادن پس از جراحی ..... ۲۰۵
- قرص‌های ضد بارداری ..... ۲۰۵
- سیگار کشیدن ..... ۲۰۵
- اعتیاد ..... ۲۰۶
- مانده شدن شیر در سینه ..... ۲۰۶
- داغ شدن شیر در سینه ..... ۲۰۷
- شیردادن به دوقلوها ..... ۲۰۷
- سازگاری شیردهی به مادر ..... ۲۰۸
- دل درد در هنگام شیردادن ..... ۲۰۸
- نامطلوب بوده شیر برای نوزاد ..... ۲۰۹
- آزمایش کردن شیر ..... ۲۱۰
- دوشیدن قسمت اول شیر ..... ۲۱۰
- حساسیت نوزاد به شیر مادر ..... ۲۱۰
- سازگاری شیر مادر به نوزاد ..... ۲۱۱
- حساسیت به شیر مصرفی مادر ..... ۲۱۱
- بیماری مادر و نوزاد و شیردهی** ..... ۲۱۲
- قطع شیر در بیماری مادر ..... ۲۱۲
- قطع شیر در بیماری نوزاد ..... ۲۱۴
- داروهای مجاز در شیردهی ..... ۲۱۴
- داروهای غیرمجاز در شیردهی ..... ۲۱۵
- مشکلات پستان مادر و شیردهی** ..... ۲۱۶
- احساس گرما در شیردهی ..... ۲۱۶
- حساس شدن نوک سینه‌ها ..... ۲۱۶
- شیردهی با سینه‌های کوچک ..... ۲۱۷
- شیرنداشتن از یک سینه ..... ۲۱۷
- زخم شدن نوک سینه ..... ۲۱۷
- علل زخم شدن نوک سینه ..... ۲۱۸
- درمان زخم نوک سینه ..... ۲۲۰
- احتقان پستان ..... ۲۲۰
- تب شیر ..... ۲۲۱
- درمان تب شیر ..... ۲۲۱
- روش‌های کاهش احتقان سینه ..... ۲۲۱
- پُرشیری پستان‌ها ..... ۲۲۳
- درمان پُر شیری پستان‌ها ..... ۲۲۳



|     |                               |
|-----|-------------------------------|
| ۲۴۱ | رها کردن سینه هنگام شیرخوردن  |
| ۲۴۲ | خوش اشتها شدن نوزاد           |
| ۲۴۲ | نفخ شکم نوزاد                 |
| ۲۴۳ | «قار و قور» شکم نوزاد         |
| ۲۴۳ | علل نفخ شکم نوزاد             |
| ۲۴۴ | کاهش نفخ نوزاد شیرمادر خوار   |
| ۲۴۴ | کاهش نفخ نوزاد شیرخشک خوار    |
| ۲۴۵ | روش‌های دیگر کاهش نفخ نوزاد   |
| ۲۴۶ | داروهای ضد نفخ                |
| ۲۴۷ | آروغ زدن نوزاد                |
| ۲۴۷ | روش‌های تخفیف نفخ و آروغ      |
| ۲۴۸ | گرفتن آروغ نوزاد              |
| ۲۴۹ | مدت آروغ گرفتن                |
| ۲۴۹ | آروغ نزدن نوزاد               |
| ۲۵۰ | برگرداندن شیر                 |
| ۲۵۰ | علل برگرداندن شیر             |
| ۲۵۰ | عوارض برگرداندن شیر           |
| ۲۵۰ | کم شیر دادن و برگرداندن شیر   |
| ۲۵۱ | تغلیظ شیر و برگرداندن شیر     |
| ۲۵۱ | برگرداندن شیر بریده           |
| ۲۵۲ | برگرداندن همه شیر             |
| ۲۵۲ | برگرداندن شیر و عدم اضافه وزن |
| ۲۵۴ | کم شیردادن و زردی نوزاد       |
| ۲۵۴ | ترش کردن نوزاد                |
| ۲۵۴ | سکسکه کردن نوزاد              |
| ۲۵۴ | حالت تهوع در نوزاد            |
| ۲۵۵ | استفراغ نوزاد                 |
| ۲۵۵ | استفراغ هر روزه نوزاد         |
| ۲۵۶ | فاصله شیردادن با استفراغ      |
| ۲۵۶ | استفراغهای جهنده و مکرر       |
| ۲۵۶ | خون در استفراغ نوزاد          |
| ۲۵۷ | خط در استفراغ نوزاد           |
| ۲۵۷ | لزوم ویتامین‌ها برای نوزاد    |
| ۲۵۸ | دادن ویتامین به نوزاد         |
| ۲۵۸ | زمان دادن ویتامین به نوزاد    |

|     |                           |
|-----|---------------------------|
| ۲۲۴ | توده دردناک در سینه       |
| ۲۲۴ | علل پیدایش توده در سینه   |
| ۲۲۵ | درمان توده دردناک در سینه |
| ۲۲۵ | عفونت پستان               |
| ۲۲۵ | علل عفونت پستان           |
| ۲۲۶ | درمان عفونت پستان         |
| ۲۲۶ | شیردهی با عفونت پستان     |
| ۲۲۷ | آبسه پستان                |
| ۲۲۷ | علل آبسه کردن پستان       |
| ۲۲۷ | درمان آبسه پستان          |
| ۲۲۸ | شیردهی با آبسه پستان      |
| ۲۲۸ | خون آمدن از پستان         |

## ۷ دکتر! نوزاد با شیرخوردن، مشکل

|     |                              |
|-----|------------------------------|
| ۲۳۱ | درد                          |
| ۲۳۱ | شیرنخوردن پس از تولد         |
| ۲۳۱ | نشانه‌های گرسنگی نوزاد       |
| ۲۳۲ | خواب آلودگی طولانی نوزاد     |
| ۲۳۳ | خوابیدن در هنگام شیرخوردن    |
| ۲۳۳ | بیدار نشدن برای شیرخوردن     |
| ۲۳۴ | بیدارکردن و شیردادن به نوزاد |
| ۲۳۴ | شیرنخوردن در شب‌ها           |
| ۲۳۵ | خواب نوزاد و کم کاری تیروئید |
| ۲۳۵ | خوابیدن نوزاد در کنار مادر   |
| ۲۳۶ | شیردادن از روی برنامه        |
| ۲۳۷ | مدت شیردادن به نوزاد         |
| ۲۳۸ | شیردادن از یک یا هردو سینه   |
| ۲۳۸ | گم کردن سر پستان             |
| ۲۳۸ | بیقراری پس از شیر خوردن      |
| ۲۳۹ | رفتن شیر به پشت حلق نوزاد    |
| ۲۳۹ | مقابله با رفتن شیر به حلق    |
| ۲۴۰ | جهش شیر مادر                 |
| ۲۴۰ | شیرنخوردن در شروع شیردادن    |
| ۲۴۱ | دفع مدفوع پس از شیرخوردن     |



|     |                                    |
|-----|------------------------------------|
| ۲۷۶ | ترتیب استفاده از شیرها             |
| ۲۷۷ | چگونگی شیردادن به نوزاد            |
| ۲۷۷ | وسائل شیردادن به نوزاد             |
| ۲۷۷ | شیردادن با بطری                    |
| ۲۷۸ | مقدار شیر مصرفی نوزاد              |
| ۲۷۸ | شیر نیمخورده نوزاد                 |
| ۲۷۸ | یخزده کردن شیر                     |
| ۲۷۹ | روش یخزده کردن شیر                 |
| ۲۷۹ | استفاده از قالب یخگیری             |
| ۲۷۹ | مدت نگهداری شیر یخزده              |
| ۲۸۰ | مایع کردن شیر یخزده                |
| ۲۸۰ | استفاده از شیر مایع شده            |
| ۲۸۰ | قطع برق و شیر یخزده                |
| ۲۸۱ | دوشیده شیر در سفر                  |
| ۲۸۱ | ذخایر شیر یخزده                    |
| ۲۸۲ | <b>دکتر! شیرم کافی نیست.</b>       |
| ۲۸۲ | نوع شیر کمکی                       |
| ۲۸۳ | روش شروع شیرکمکی                   |
| ۲۸۳ | عادت دادن نوزاد به شیرکمکی         |
| ۲۸۴ | دادن شیر کمکی با فنجان             |
| ۲۸۴ | روش شیردادن با فنجان               |
| ۲۸۵ | وسیله کمک شیر                      |
| ۲۸۵ | ساختن وسیله کمک شیر                |
| ۲۸۶ | شیردادن با وسایل دیگر              |
| ۲۸۶ | زمان و دفعات دادن شیر کمکی         |
| ۲۸۷ | زمان قطع شیرکمکی                   |
| ۲۸۷ | عدم افزایش وزن با شیر کمکی         |
| ۲۹۱ | <b>۹ دکتر! من اصلاً شیر ندارم.</b> |
| ۲۹۲ | شیر مادران دیگر                    |
| ۲۹۳ | شیر دایه                           |
| ۲۹۵ | مادر، برادر و خواهر رضاعی          |
| ۲۹۶ | شرایط شیر و شیر دادن               |
| ۲۹۸ | شیر پاستوریزه                      |

|     |                               |
|-----|-------------------------------|
| ۲۵۹ | فراموش کردن ویتامین دادن      |
| ۲۵۹ | عدم تحمل قطره ویتامین         |
| ۲۶۰ | مدت ویتامین دادن              |
| ۲۶۰ | ویتامین دادن به شیرخشک خوار   |
| ۲۶۰ | اهمیت نور آفتاب برای نوزاد    |
| ۲۶۱ | آب‌قند دادن به نوزاد          |
| ۲۶۲ | زبان‌های آب‌قند برای نوزاد    |
| ۲۶۳ | آب دادن به نوزاد شیرمادر خوار |
| ۲۶۴ | آب دادن به نوزاد شیرخشک خوار  |
| ۲۶۵ | دادن عرقیات سنتی به نوزاد     |

## ۸ دکتر! در غیاب من، چه شیری به نوزاد بدهند؟

## دکتر! شیرم کافیست اما شاغلم.

|     |                             |
|-----|-----------------------------|
| ۲۷۱ | استفاده از حق شیر           |
| ۲۷۱ | آوردن نوزاد نزد مادر        |
| ۲۷۱ | آوردن نوزاد به مهد کودک     |
| ۲۷۱ | دوشیدن شیر برای نوزاد       |
| ۲۷۲ | وسائل لازم برای دوشیدن شیر  |
| ۲۷۲ | شیر دوش مناسب               |
| ۲۷۲ | تمیز کردن وسائل شیردوشی     |
| ۲۷۲ | زمان دوشیدن شیر             |
| ۲۷۳ | آمادگی برای شیر دوشیدن      |
| ۲۷۳ | آمادگی روحی برای شیر دوشیدن |
| ۲۷۳ | وضعیت مادر هنگام شیر دوشیدن |
| ۲۷۴ | دوشیدن شیر با دست           |
| ۲۷۴ | فشردن و دوشیدن نوک سینه     |
| ۲۷۴ | روش‌های دوشیدن شیر بیشتر    |
| ۲۷۴ | دوشیدن شیر با شیردوش        |
| ۲۷۵ | مقدار شیر دوشیده شده        |
| ۲۷۵ | نگهداری شیر دوشیده شده      |
| ۲۷۶ | مدت نگهداری شیر در اتاق     |
| ۲۷۶ | چگونگی نگهداری شیر در یخچال |
| ۲۷۶ | مدت نگهداری شیر در یخچال    |



۳۲۴ ..... امتحان سوراخ سرپستانک  
۳۲۴ ..... روش سوراخکردن سرپستانک

### ۱۱ دکتر! نوزاد من خواب و آراهش

۳۲۹ ..... ندارد.

۳۲۹ ..... نوزاد کم خواب  
۳۳۰ ..... نوزاد روز خواب و شب بیدار  
۳۳۱ ..... خوابانیدن نوزاد به شکم  
۳۳۲ ..... بالش برای نوزاد  
۳۳۲ ..... اثر رفتار والدین بر خواب نوزاد  
۳۳۲ ..... - داستان اول  
۳۳۴ ..... - داستان دوم  
۳۳۶ ..... بی آرامی نوزاد  
۳۳۸ ..... گریه نوزاد  
۳۴۲ ..... آرام کردن نوزاد  
۳۴۴ ..... داروهای آرام بخش  
۳۴۶ ..... آرام کردن نوزاد با پستانک  
۳۴۸ ..... آرام کردن نوزاد گرسنه  
۳۴۹ ..... کولیک شبانه نوزاد  
۳۵۰ ..... تخفیف کولیک های شبانه  
۳۵۲ ..... تکان خوردن نوزاد  
۳۵۲ ..... نوزاد ترسو  
۳۵۳ ..... لرزش بدن و چانه نوزاد  
۳۵۳ ..... تشنج نوزاد  
۳۵۳ ..... شطرنجی شدن پوست  
۳۵۴ ..... بغلی شدن نوزاد  
۳۵۵ ..... کبودی پس از گریه  
۳۵۵ ..... نوزاد باهوش

### ۱۲ دکتر! نوزادم را قنداق کنم یا پوشک؟

۳۵۹ .....  
۳۶۰ ..... حمل و نقل نوزاد  
۳۶۰ ..... گردن نوزاد

۲۹۹ ..... شیرخشک بزرگسالان  
۳۰۰ ..... شیر گاو  
۳۰۲ ..... شیر حیوانات دیگر

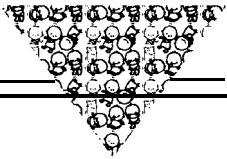
### ۱۰ دکتر! من ناچارم به نوزاد شیرخشک بدهم.

۳۰۵ .....  
۳۰۵ ..... ترس از شیرخشک  
۳۰۶ ..... شیرخشک چیست؟  
۳۰۷ ..... کارخانه های سازنده شیرخشک  
۳۰۷ ..... سالم بودن شیرخشک  
۳۰۸ ..... باد کردگی در قوطی شیر  
۳۰۸ ..... بوی شیرخشک  
۳۰۹ ..... پیمانه شیرخشک  
۳۰۹ ..... نگهداری شیرخشک  
۳۱۰ ..... انتخاب نوع شیرخشک  
۳۱۰ ..... شیرخشک خوب  
۳۱۱ ..... تفاوت شیرهای خشک با یکدیگر  
۳۱۱ ..... دو شیرخشک با یک نام  
۳۱۲ ..... شیر خشک شماره ۱ و ۲  
۳۱۳ ..... روش تهیه شیرخشک  
۳۱۴ ..... جانشین کردن شیر با شیر دیگر  
۳۱۵ ..... دستورالعمل پشت قوطی شیر  
۳۱۶ ..... تهیه شیرخشک با آب معدنی  
۳۱۷ ..... افزایش شیر با وزن نوزاد  
۳۱۷ ..... تغلیظ شیرخشک  
۳۱۸ ..... رقیق کردن شیرخشک  
۳۱۸ ..... تعویض پی درپی شیرهای خشک  
۳۱۹ ..... شیر سرد یا گرم؟  
۳۲۰ ..... افزودن شیرینی به شیر  
۳۲۱ ..... بطری های شیرخوری  
۳۲۱ ..... اندازه بطری شیر  
۳۲۲ ..... ویژگی های بطری شیر  
۳۲۳ ..... انتخاب سرپستانک  
۳۲۴ ..... سوراخ سرپستانک



- ۳۶۰ ..... شیر دادن به نوزاد  
۳۶۱ ..... گرم نگه داشتن نوزاد ..... ۳۸۳ **۱۴ دکتر! نوزاد من تب دارد.**  
۳۶۱ ..... خنک نگه داشتن نوزاد ..... ۳۸۳ عفونت خون نوزاد  
۳۶۲ ..... تحرک نوزاد ..... ۳۸۴ تیغ کشیدن به نوزاد  
۳۶۲ ..... خواب نوزاد ..... ۳۸۴ نوزاد تب دار  
۳۶۲ ..... آفتاب گرفتن نوزاد ..... ۳۸۵ اهمیت اندازه تب نوزاد  
۳۶۳ ..... ادرار سوختگی پای نوزاد ..... ۳۸۵ روشهای کاهش تب  
۳۶۳ ..... کج شدن پای نوزاد ..... ۳۸۶ انواع تبگیرها  
۳۶۴ ..... دل درد نوزاد ..... ۳۸۶ تبگیر مناسب  
۳۶۴ ..... رویدادهای نادر ..... ۳۸۷ روش اندازه گیری تب نوزاد  
۳۶۴ ..... موارد استفاده از قنداق ..... ۳۸۸ خواندن درجات تبگیر  
۳۶۵ ..... موارد منع استفاده از قنداق ..... ۳۸۸ گرمایش اتاق نوزاد  
۳۶۹ ..... **۱۳۳۸۸ دکتر! نوزاد من زرد شده است.** ..... ۳۸۹ وسائل گرمایش اتاق نوزاد  
۳۶۹ ..... زردی چشمهای نوزاد ..... ۳۹۳ **۱۵ دکتر! آیا باید به نوزاد واکسن بزنم؟**  
۳۶۹ ..... زرد شدن نوزاد یکروزه ..... ۳۹۳ زمان واکسن زدن  
۳۷۰ ..... روشهای کاهش زردی نوزاد ..... ۳۹۴ موارد ممنوعیت واکسن زدن  
۳۷۰ ..... دادن عرقیات به نوزاد زرد ..... ۳۹۴ تب پس از واکسن  
۳۷۱ ..... زیانهای عرقیات برای نوزاد زرد ..... ۳۹۵ شرایط دریافت واکسن دوگانه  
۳۷۲ ..... نوردرمانی در منزل ..... ۳۹۵ عوارض واکسن  
۳۷۲ ..... نوردرمانی با مهبتابی معمولی ..... ۳۹۶ برگه واکسیناسیون  
۳۷۳ ..... دستگاه نوردرمانی مناسب ..... ۳۹۶ واکسن زدن به نوزاد نارس  
۳۷۳ ..... روش نوردرمانی ..... ۳۹۷ واکسن زدن بعد از تعویض خون  
۳۷۴ ..... زردی ناشی از شیر مادر ..... ۳۹۸ واکسن زدن بعد از سرم ایمنی  
۳۷۵ ..... قطع شیر مادر در زردی نوزاد ..... ۳۹۸ واکسیناسیونهای سراسری  
۳۷۵ ..... دادن آب یا آب قند به نوزاد زرد ..... ۳۹۸ واکسن مننژیت  
۳۷۶ ..... داغ کردن شیر ..... ۳۹۸ مصونیت نوزاد به سرخک و اوریون  
۳۷۶ ..... دارو برای کاهش زردی ..... ۳۹۹ مصونیت نوزاد به آبله مرغان  
۳۷۶ ..... زردی ناشی از باقلائی شدن ..... ۳۹۹ مصونیت نوزاد به سیاه سرفه  
۳۷۷ ..... علل فاویسم ..... ۴۰۰ پیام نوزاد  
۳۷۷ ..... نشانههای فاویسم .....  
۳۷۸ ..... عطریات و فاویسم .....  
۳۷۸ ..... بهبودی فاویسم .....  
۳۷۹ ..... تکرار آزمایش برای فاویسم .....  
۳۷۹ ..... پیشگیری از فاویسم .....

## درباره این کتاب



این کتاب حاصل تجربیات نویسنده، از معاینه نوزادان و گفت و گو با مادران است و برای نوشتن آن از آموزه‌های سی و چند ساله طبابت برای کودکان و نوزان مدد گرفته شده است. منابع قابل ذکری که با قدردانی و سپاس تمام از آنها بهره برده‌ام، نوشته‌های اساتید و همکاران دانشمند در کمیته کشوری ترویج تغذیه با شیر مادر بوده است. همچنین به خاطر نقل نکات بسیار مفیدی از کتابهای ارزشمند «شیرمادر» از استاد دکتر پدرام نیک نفس، «مراقبت از شیرخوار» از استاد دکتر سید حسین فخرایی و «من و کودک من» از استاد دکتر جواد فیضی، خود را مدیون و ممنون دانش آنان می‌دانم. اما آموزگاران حقیقی، نوزادان و مادران بی‌شماری هستند که در گذر سالیان دراز نکات ظریف و سودمندی را به من آموخته‌اند. از همه آنان سپاسگزارم.

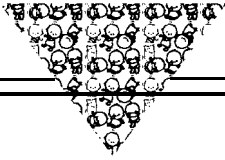
از استادان و همکاران بزرگوار و دانشمند آقایان دکتر رضا قریب، دکتر غلامحسین امیرحکیمی، دکتر ایرج البرزی، دکتر غلامحسین شاهچراغی، دکتر پرویز لک، دکتر ناصر نجمائی، آقای سید ابراهیم میرعمادی، و همچنین خانمهای دکتر نرجس پیشوا، دکتر شهناز پورآرین، و خانم دکتر قمر هاشمی که همگی در مورد بخشهای گوناگون کتاب تذکرات و راهنماییهای دقیق و مفیدی ارائه فرموده و یا همچون استاد دکتر سید علیرضا مرنندی، نظرات ارزشمند خود را با نویسنده در میان نهاده‌اند بسیار ممنونم.

و سرانجام سپاسهای قلبی خود را به همسر که با پایداریهای صبورانه و تشویقهای امیدبخش خویش، امکان نوشتن و بازنویسی این کتاب را فراهم آورد تقدیم می‌کنم. اینک که چاپ ششم این کتاب را پیش رو دارید، جای آن دارد که از مؤسسه انتشارات ارجمند برای چاپهای مکرر کتاب تشکر و قدردانی کنم.

دکتر احمد فی

شیراز - تابستان ۱۳۸۴

# نوزاد کیست؟



نوزاد کیست؟ به چه موجود انسانی با چه مشخصاتی «نوزاد» می‌گویند؟ شما به‌عنوان مادری که این سطور را می‌خوانید شاید بگویید: «نوزاد، موجودی است که تازه زاییده شده باشد.» این پاسخ صحیحی است. اما پرسشی که در پی آن مطرح می‌شود این است که چقدر تازه زاییده شده باشد؟ و تا چه زمانی هنوز می‌توان این موجود را «نوزاد» نامید؟

منابع ذیصلاح پزشکی، یک موجود انسانی تازه به دنیا آمده را از لحظه تولد تا پایان هفته چهارم یا بیست و هشت روزگی، «نوزاد» می‌نامند. این نامگذاری فقط یک خط‌کشی فرضی و تقویمی نیست بلکه مبتنی بر «خصوصیات منحصر به فرد نوزاد» از نظر زیست‌شناسی، مشخصات بدنی، مشخصات روانی و رفتاری، بازتاب‌های عصبی، ابتلای به بیماری‌های خاص و هزار نکته کوچک و بزرگ است که یک نوزاد را از یک کودک جدا می‌کند.

بسیاری از نشانه‌هایی که برای یک نوزاد پانزده روزه طبیعی شمرده می‌شود، ممکن است برای یک کودک چند ماهه علائم یک بیماری به حساب آید. پزشک، سلامت اعصاب نوزاد را با کشیدن سوزنی به پای او آزمایش می‌کند و نوزاد با حرکت پای خود بازتابی طبیعی نشان می‌دهد. اگر همین بازتاب در کودکی بزرگتر دیده شود، ممکن است این کودک بیمار باشد. شما ممکن است به پزشک گفته باشید که هر بار پوشک نوزاد را عوض کرده‌اید، اجابت مزاج آبکی داشته و یا بارها شاهد لرزش چانه او بوده‌اید. پزشک نیز احتمالاً پس از شنیدن شرح ماجرا شانه‌ای بالا انداخته و گفته است: «مهم نیست، طبیعی است!» اما اگر به او اطلاع دهید که همین حالات را در کودک چهار ماهه خود دیده‌اید، وی قضیه را کاملاً جدی خواهد گرفت. شربتی که پزشک با اطمینان کامل برای یک کودک پانزده ماهه تجویز می‌کند، اگر حتی با مقادیر کمتر به نوزاد داده شود ممکن است به منزله سم مهلکی برای کلیه‌های او باشد. قرصی که پزشک، بی هیچ تردید برای یک کودک دوازده ساله می‌نویسد، اگر به میزان بسیار کمتر هم به نوزاد داده شود، ممکن است او را به‌حالت اغما فرو ببرد.

نوزاد، انسان کوچکی است با خصوصیات منحصر به خود، و مقصود از نوشتن این کتاب نیز آشنایی بیشتر و بهتر شما مادران با ویژگیها و خصوصیات اوست. هدف این بوده است که در جریان مسائل و مشکلات روزمره خود با نوزادتان، کتابی جامع در دسترس شما باشد تا به



هنگام ضرورت و پیش از مراجعه به پزشک، نگاهی به آن بیاندازید. به منظور تفاهم بیشتر، در این کتاب از همان زبان و اصطلاحاتی استفاده کرده‌ام که اغلب شما مادران در هنگام بیان احوالات نوزاد خود به پزشک، آنها را به کار می‌گیرید.

هدف دیگر این کتاب از بین بردن، یا دست کم کاهش نگرانیهای شما در برخورد با پدیده‌هایی است که به طور معمول در نوزاد خود مشاهده کنید. و بالاخره از اهداف دیگر، اشاره به باورها و اعتقادات غلط، مضر یا دست کم بی‌آزار، اما اشتباهی است که گروه بزرگی از مادران و خانواده‌ها به آنها معتقدند و در امر مراقبت از نوزاد خویش مطابق آن‌ها عمل می‌کنند. برای اعتقادات بی‌ضرر به تذکری بسنده شده و با معتقداتی که در صورت عمل به آن‌ها احتمال ضرر و آسیبی برای نوزاد می‌رفته است، به شدت برخورد شده و زیانها و خطرات آن به طور جدی گوشزد شده است.

اگرچه روی سخن این کتاب، با شما مادران است و کوشش شده است تا به همه پرسشهای شما درباره نوزادتان پاسخ داده شود، اما اگر با مشکلی روبرو شوید نمی‌بایست فقط به مشورت با نوشته‌های این کتاب بسنده کنید. به خاطر داشته باشید که «هیچ کتابی جای پزشک را نمی‌تواند بگیرد.» و در این میان آنچه که قابل اتکا و عمل کردن است همانا دستورات پزشک علیرغم هر نوشته و جزوه و کتابی است.

در این کتاب از برخی از داروهای ژنریک و گیاهی نام برده شده است. شرایط استفاده از این داروها و همچنین شرایط و احوالات مادر و نوزاد آنچنان طیف وسیع و متغیری دارد که نویسنده در قبال مادر و نوزاد، برای مصرف هرگونه داروی ذکر شده در کتاب از خود رفع مسئولیت می‌کند و استفاده از هر دارو منحصراً با تایید و تجویز پزشک مجاز خواهد بود.

و آخرین نکته گفتنی آنست که در برخی از مطالب و توصیه‌های کتاب حاضر در مقایسه با چاپهای قبلی، تفاوت‌های آشکار و حتی بکلی متضاد دیده می‌شود. بدیهی است که همگام با پیشرفت دانش طب نوزادان و دستاوردهای علمی جدید، نویسنده نیز در اعتقادات و توصیه‌های خود در پاره‌ای از موارد تجدید نظر کرده و تلاش کرده است تا شما را نیز در جریان اطلاعات تازه و روزآمد در باره چگونگی مراقبت از نوزادان قرار دهد.

بخش

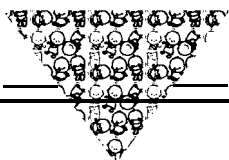
۱



دکتر! آیا نوزاد من سالم است ؟

دکتر!

## آیا نوزاد من سالم است؟



این نخستین جمله و طبیعی‌ترین پرسشی است که لحظاتی چند پس از زایمان و یا ساعاتی چند پس از سزارین، اغلب مادران خطاب به پزشک بر زبان می‌رانند. حتی برای مادرانی که جنسیت نوزاد به جهات گوناگون برای آنها بسیار مهم است، در آن دقایق نخستین چیزی جز تندرستی او و به اصطلاح، سالم بودن چهار ستون بدن نوزاد اهمیت ندارد. پزشک البته در همان اتاق زایمان یا عمل، معاینه‌ای سریع اما تعیین کننده از نظر سلامت نوزاد به عمل می‌آورد و نتیجه آن را که غالباً نویدبخش و اطمینان دهنده است به مادر گزارش می‌کند، اما در واقع، این خودِ مادر است که به زودی پس از بازیافتن نسبی توان خود از نوزادش بازرسی و بازدیدِ تمام عیار به عمل خواهد آورد.

گاهی مادر یک خال یا نشانه در پشت پا، یک دانه کوچک و نرم در پشت گوش، و یا یک چین بی‌اهمیت در کنار یا زیر چشم نوزاد را به پزشک نشان می‌دهد و درباره آن از او توضیح می‌خواهد. در حقیقت چنین به نظر می‌آید که گویا مادر، نوزاد خود را زیر ذره‌بین می‌گذارد! در این بررسی تمامی اندامها، زوایا و گوشه و کنارهای بدن او را به دقت زیرورو می‌کند و در این کاوش و جستجوی دقیق، نه چیزی از زیر چشمان تیزبین مادر می‌گریزد و نه هیچ برآمدگی و فرورفتگی در بدن نوزاد در زیر انگشتان حساس او ناشناخته باقی می‌ماند. اگر در این معاینه بالینی چیزی کشف شود که برای مادر غیرطبیعی جلوه کند، این مسأله سرمنشأ دلهره‌ها، نگرانیها و شک و شبهه‌های دلتنگ کننده در مورد سلامت نوزاد خواهد شد و تا زمانی که پزشک به مادر در این باره اطمینان ندهد، وی ساعات سختی را خواهد گذراند.

نکاتی که در پی خواهد آمد، اشاره به شایع‌ترین یافته‌های طبیعی و غیر طبیعی در جریان یک معاینه بالینی از نوزاد است. کوشش شده است با توضیحی ساده و درخور و یا برحسب اهمیت موضوع، با شرح و بسط کافی که همه مادران جوان را به کار آید، دلایل و چگونگی نشانه‌های ظاهر شده در نوزاد و حتی مسائل فرعی و جانبی مربوط به آن نیز روشن شود تا مادران با آگاهی و اطمینان بیشتر به امر مراقبت از نوزاد خویش بپردازند.



## مو

### موی سر

هر چند موی سر اکثر نوزادان ایرانی پس از تولد چندان زیاد نیست، اما به طور کلی در مقایسه با نوزادان از نژادهای دیگر که گاهی تقریباً به هنگام تولد مویی ندارند، موهای سرشان بیشتر است. بعضی از نوزادان نیز با موهای بسیار کم و سری صاف و براق به دنیا می‌آیند. این حالت نیز موجب نگرانی نیست. این نوزادان قطعاً در آینده طاس نخواهند بود.

### حالت مو

حالت موها غالباً جنبه ارثی دارد و در طول زمان دستخوش تغییر است. موهای کاملاً صاف یک نوزاد ممکن است یکی دو سال بعد مجدّد و فرفری و سپس دوباره صاف شود. یا ممکن است نوزادی که فعلاً موی مجعّدی دارد بعدها موهای صافی داشته باشد.

### رنگ مو

طبیعی است که نوزاد رنگ موی خود را نیز به ارث می‌برد اما در مورد رنگ همیشگی موی کودک نمی‌توان از همان دوره نوزادی اظهار نظر قطعی کرد. رنگ مو در طول یکی دو سال اول زندگی، کمی تغییر می‌کند و ممکن است از آنچه که در ابتدای تولد دیده می‌شود اندکی تیره‌تر یا روشن‌تر گردد.

### موهای طلایی یا سفید

گاهی به طور مادرزاد، در بین موهای سر نوزاد چند رشته موی سفید یا روشن و طلایی دیده می‌شود و مانند این است که قسمتی از موی سر نوزاد را به قول خانمها، «مِش» یا «های لایت» کرده باشند! در غالب این موارد وجود چنین پدیده‌ای را نیز می‌توان در موی مادر یا یکی از نزدیکان نسبی مشاهده کرد. وجود چند تار از این موهای رنگی یا سفید در بین موی سر نوزاد به طور معمول اهمیتی ندارد اما اگر در خانواده‌ای که موی سرشان به طور معمول سیاه یا تیره است، نوزادی با موهای «طلایی و روشن» و احتمالاً با «چشمهای آبی» به دنیا



بیاید، یا اگر یک دسته بزرگ «موی سفید» درست در جلوی سر وجود داشته باشد، یا اگر موهای سر به طور کلی و به طور «یکدست سفید» یا بسیار روشن باشد، بهتر است از همان ابتدا قضیه با پزشک در میان گذاشته شود.

### پیچ اضافی مو

یکبار وقتی پدر و مادری نوزادشان را برای معاینه آورده بودند، پدر اشاره‌ای به موی سر نوزاد کرد و به شوخی گفت:

«آقای دکتر! پسر ما دو تا زن خواهد گرفت!» 😊

اشاره پدر به پیچ اضافه‌ای بود که نوزاد در سر داشت. غالب افراد یک پیچ مو در پشت و بالای سر دارند که رویش موها به طور مارپیچ از آنجا شروع می‌شود. گاهی در نزد برخی از نوزادان یک پیچ اضافی مو نیز در پشت یا جلوی سر دیده می‌شود. اگرچه این نکته به خودی خود دارای اهمیتی نیست اما به هر حال اگر توجه پزشک را به آن جلب کنید بهتر است.

### موهای گوش و پیشانی

برخی از نوزادان در هنگام تولد و به طور طبیعی، موهای زاید و پرپشتی روی گوشها و پیشانی خود دارند. وجود این موها نباید اسباب نگرانی مادر شود زیرا در مدت چند هفته تا چند ماه این موهای زائد خواهد ریخت.

### موهای نابجا

گاهی بندرت ممکن است در کنار لب، بالای لب، یا کنار ابروی نوزاد فقط چند تار موی نسبتاً کلفت که از پوست بیرون زده باشد دیده شود. این یک حالت ارثی است و غالباً در این موارد مادر نوزاد یا مثلاً عمه‌های او نیز نظیر همین موها را در همان جا دارند. این نکته نگران کننده نیست و به آن اهمیتی نباید داد.

### موهای زیاد و غیرعادی

وجود موی بسیار زیاد در برخی از نقاط بدن، گاهی می‌تواند نشانه‌ای از احتمال وجود عارضه یا مشکلی برای نوزاد یا کودک باشد. بنابراین اگر مثلاً مشاهده کردید که بدن نوزاد در



هنگام تولد به طور غیرعادی بسیار پر موست، یا نوزاد «ابروهای پرپشت و به هم پیوسته» دارد، یا اگر رویش موها در پشت سر نوزاد تا پایین گردن وی ادامه یافته، و یا اگر یک دسته بزرگ مو مانند «یال اسب» در پشت کمر نوزاد و در پایین ترین قسمت ستون مهره‌ها قرار گرفته است، توصیه می‌شود پزشک را آگاه کنید.

### پوسته‌های زرد در موها

پس از تولد در نزد بعضی از نوزادان، پوسته‌هایی به رنگ زرد تیره در پوست سر و حتی گاهی روی پوست جای ابروها و بین ابروها دیده می‌شود. وقتی مادران سعی می‌کنند که این پوسته‌ها را با ناخن و یا شانه از سر نوزاد جدا کنند متوجه می‌شوند که کار ساده‌ای نیست و حتی گاهی منجر به کنده شدن موها و خون آمدن از پوست سر نیز می‌شود. اگرچه متخصصین پوست برای زدودن این پوسته‌ها داروهای مؤثری می‌نویسند و اگرچه این روزها شامپوهای گرانیجی نیز برای از بین بردن این پوسته‌ها وجود دارد، اما اگر مادران کمی حوصله به خرج دهند، با چرب کردن و شست و شوی مداوم سر نوزاد این پوسته‌ها عاقبت از بین خواهد رفت. یک روز نوزاد پانزده روزه‌ای را با سر طاس و براق پیش من آورده بودند و پدرش می‌گفت:

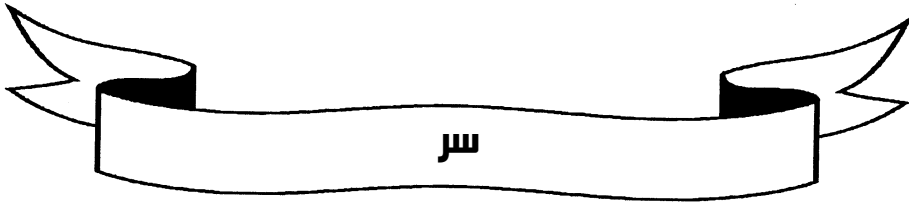
«هر کاری که کردیم این پوسته‌ها از سرش کنده نمی‌شد. من هم سرش را با تیغ تراشیدم و حالا پوسته‌ها به کلی از بین رفته است!»



انجام این کار ضرورتی ندارد و می‌تواند با ایجاد زخم و بریدگی در پوست سر، برای نوزاد خطراتی به همراه داشته باشد. توصیه من این است که روزی یکی دوبار موهای نوزاد را با روغن زیتون یا بادام چرب کنید و پس از چند روز موهای نوزاد را با شامپوی مخصوص بچه بشویید. پس از مدتی که این کار تکرار شود معمولاً پوسته‌ها از بین خواهند رفت.

### مورچه، و ریزش موی نوزاد

اگرچه این پیشامد به ندرت رخ می‌دهد اما اگر یکروز ناگهان ملاحظه کردید که موهای جایی از سر نوزاد به اندازه یک سکه، ظاهراً چیده شده و روی تشک نوزاد ریخته است، نوزاد را لخت کنید و در بدنش دنبال جای گزیدگیهای احتمالی، و در قنداق یا لباسهای او دنبال مورچه بگردید! مورچه‌ها گاهی موهای سر نوزاد را مانند آنکه با قیچی چیده باشند، می‌برند!



### کشیدگی سر

غالب نوزادان پس از تولد، مشکلی در شکل و شمایل سرشان ندارند و سر حالت طبیعی و معمولاً گرد خود را دارد. اما گاهی نیز ممکن است به طور طبیعی و یا در زایمانهای سخت و طولانی، احتمالاً به علت فشار بیش از حدی که به سر نوزاد وارد شده، چنین به نظر برسد که سر از جلو به عقب کشیده‌تر از معمول است. این حالت مادران رانگران می‌کند و در این موارد غالباً می‌پرسند:

« چرا سرش مثل نرپوزه شده؟ چرا گرد و طبیعی نیست؟ نکند همین طور بماند؟ »



این وضعیت، پایدار نخواهد ماند. برخی از عشایر و روستانشینان، سر نوزادشان را با سربند محکمی می‌بندند و معتقدند که این کار به گرد شدن و خوش ترکیب شدن سر نوزاد کمک خواهد کرد. ولی اصولاً بدون این کار نیز رشد مغز در مدت چند هفته این کشیدگی سر را خودبه‌خود اصلاح خواهد کرد. شکل‌های غیرعادی سر گاهی در موارد تولد با سزارین هم دیده می‌شود و بنابراین نمی‌تواند منحصراً مربوط به فشارهای هنگام زایمان به سر نوزاد بوده، و ممکن است ناشی از فشار داخل رحمی در هفته‌های آخر حاملگی باشد.

### بدشکل بودن سر

گاهی پس از تولد، مادران توجه می‌کنند که سر نوزادشان متقارن نیست. به این معنی که قسمتی از استخوان سر به یک سو منحرف شده، در یک سمت بزرگتر و در طرف دیگر کوچکتر به نظر آمده و حالت کروی خود را از دست داده است. اگرچه این بد شکلی سر معمولاً بعد از چندین ماه تا اندازه‌ای تصحیح شده و دیگر به‌طور چشمگیر جلب توجه نخواهد کرد، اما بهتر است مطلب با پزشک در میان نهاده شود.

در پاسخ به نگرانیهای مادر باید گفت که اگر سر هر کدام از ما را هم بتراشند، از این پستی