

Yeni Doğan Bakımı



Prof. Dr. Yakup ARSLAN

Y

enidoğanın giydirilmesi

Sağlıklı ve matür bir bebek ilk yıkama sonrası bezlenerek giydirilmelidir. Geçiş döneminde çift battaniye ile sarılması gereken bebek, 24 saatlik olduktan sonra başlıksız ve tek battaniye ile normal ısısını idame ettirebilir. Giysiler kolay giydirilip çıkartılabilen ve kolay tüy veya toz çıkarmayan yapıda olmalıdır. Ayrıca giysiler allerjik olmayan sabun veya sabun tozu gibi temizleyiciler ile yıkanmalıdır

Yeni Doğanda ısı kontrolü

Sağlıklı ve 1500 gramdan büyük doğum ağırlıklı yenidoğanlarda uygun ısıyı sağlamak için gereken çevre ısısı

| Doğum ağırlığı (g) | Çevre ısısı | | |
|--------------------|-------------|-------------------|----------------------|
| | 29.5°C | 26.5°C | 24°C |
| 1500-2000 | İlk 2 gün | İlk 2 gün-2 hafta | İlk 2 haftadan sonra |
| 2000-3000 | | İlk 1 hafta | 1. haftadan sonra |
| >3000 | | İlk 1 gün | 1. günden sonra |

• Yenidoğanın beslenmesi

Doğum odasında ilk bakımı ve genel muayenesi yapıp sağlıklı olduğu belirlenen yenidoğan bebek giydirilip anne kucağına verilmeli ve hemen emzirilmelidir. Anne sezeryen ile doğurtulmuş veya bebeği emzirmeye engel bir problemi varsa geçici bir süre ile bebeğin formül mama ile beslenmesi gerekebilir. Sezeryen ile doğurtulmuş olsa bile anne en geç dördüncü saatte bebeğini emzirmeye başlamalıdır.

• Yenidoğanın banyosu

Yenidoğan bebeğin ilk banyosu gerekli olmadıkça göbük düşene kadar yapılmamalıdır. Gerekli olanlarda da en az 2-4 saat süre ile vücut ısısı normal sınırlarda seyredip, geçiş dönemini problemsiz geçirmiş ise yaptırılmalıdır. Bu ilk banyo, anneden kan yolu ile geçebilme olasılığı olan hepatit B, hepatit C, herpes simpleks ve HIV gibi virus hastalıklarının önlemesine katkıda bulunmak için yapılıyor ise ılığa yakın sıcaklıkta su ve sabunlu su ile yapılması yeterlidir. Klorheksidin veya povidon iyot gibi antiseptiklerin rutin olarak kullanımına gerek yoktur, ancak bu virusların neden olduğu şüpheli veya kanıtlanmış maternal enfeksiyon varlığında bu solüsyonlar ile cilt temizliği veya yıkama gerekebilir. Ayrıca bu enfeksiyonların varlığında veya maternal öykünün iyi

bilinmediği durumlarda bebek yıkanmadan herhangi bir injeksiyon yapılmamalıdır. İlk banyodan sonraki 1-2 haftalık dönemde sadece ılığa yakın sıcak ve steril su ile banyo yaptırılması daha uygundur. Bu dönemden sonra haftada 2-3 kez düşük alkali özelliği olan sabun veya şampuanlar (Sebamed, Neutrogena vb) ile yıkama yapılabilir. Bebeğin yıkanma işlemi, bol su ile iyice durulandırdıktan sonra sonlandırılmalı ve iritan bir artık kalmamasına dikkat edilmelidir.

Banyo sonrası kuruluk, çatlaklık veya pullanma olması durumunda nemlendirici özelliği olan kremler kullanılmalıdır. Deriye sürülen yağlı merhemlerin cilt evaporasyonunu (cildin havalanması ve buharlaşması)engelleyerek sürekli nemli ortam oluşturması ve bakteri üremesini artırmasından dolayı, hidrofilik özelliği olan nemlendiriciler (lanolin, vazelin vb) kullanılmalıdır. İlk iki haftada kullanılacak ürünlerde boya, parfüm gibi katkı maddelerinin bulunmamasına dikkat edilmelidir. Nemlendiricilerin etkileri zamanla azaldığı için, altı saatte bir tekrar edilmelidirler.

• Yeni doğanda hijyenin önemi

Yeni doğanlarda vücut savunma mekanizmaları (Immüm sistem)iyi gelişmemiş olduğu için hijyen kurallarına büyük çocuk ve erişkinlerden daha çok dikkat edilmelidir. Ayrıca yeni doğanlarda enfeksiyon ajanları cilt,göbek,kulak,burun,ağız ve sindirim sistemi üriner sistem gibi pek çok yoldan kolaylıkla girebilir.Bu nedenle bütün bu yollardan mikroorganizmaların girişini önlemek için hijyene azami dikkat gösterilmelidir.Hijyende cilt temizliği, göbek bakımı, alt(bez bölgesi) temizliği uygun yapılmalıdır.Bezler ve çamaşırlar temiz olmalı bakımı veren kişi ellerini iyi yıkamalıdır. Beslenmede kullanılan (mama ile beslene bebeklerde) mataryeller iyice temizlenmelidir.

• Ev ortamında bebeğin güvenliği

Evde bakılan bebekleri zararlı etkenlerden korumak için şu önlemlerin alınması gerekir:

- 1) Bebeğe aspirasyon, yanık, zehirlenme veya kazalara neden olmayacak bir ortam sağlanmalıdır.
- 2) Uygun oda ısı sağlanmalıdır (24-30 C⁰)
- 3) Bebek sırtüstü veya yan yatırılmalı ve yatağın uygunluğuna özen gösterilmelidir.
- 4) Anne sütü kullanımına özen gösterilmelidir.
- 5) Evde başka okul öncesi dönem çocuğu varsa bebeğe zarar verebileceği akılda tutulmalı ve gerekli önlemler alınmalıdır.
- 6) Bebekleri yanıklardan korumak için sobalara yakın olmayan yerlerde, düşmeden korumak için kenarları korunaklı

olan beşiklerde veya düz zemine serili yataklarda yatırılmalıdır.

- 7) Aspirasyonu önlemek amacı ile toz veya tüy çıkaran veya bebeğin ağzına sığacak boyutta olan; zehirlenmeleri önlemek amacı ile boyaları kolayca çıkabilen, gaz veya sıvı kimyasal madde içeren; yaralanmayı önlemek amacı ile kesici, delici veya tahriş edici özellikte olan oyuncak veya cisimlerin bebeğin yakınına konmaması gerekir.
- 8) Bebeğin bulunduğu ortamda veya yakın çevresinde sigara içilmemelidir.

Araç güvenliği ve seyahatler

Zorunlu olmadıkça bebekler ile seyahat edilmemelidir. Seyahat zorunlu ise seyahate çıkmadan önce bebeğin beslenme saatleri ve bakımı göz önünde tutularak gerekli yol planı yapılmalı ve buna uyulmalıdır. Aşağıda özellikleri belirtilen bebek koltukları kullanılmalıdır:

- 1) Bir yaştan ve 9 kilogramdan küçük bebekler, bebek koltuğu ile taşınmalıdır.
- 2) Bebek koltukları bebeğin 45 derecelik açıda yatmasına olanak verecek özellikte olmalıdır.
- 3) Bebek koltukları araçların arka koltuğunun orta kısmı üzerine oturtulmalıdır. Ancak aracı annenin kullandığı veya önerilmemekle birlikte birden çok bebeğin araca aynı anda bindirilmesi gerektiği durumlarda, bir bebeğin ön koltuğa alınması gerekebilir.
- 4) Bebek koltukları, önünde hava yastığı olan araç koltuklarına yerleştirilmemelidir. Bebeğin ön koltukta tutulması gerektiği zorunlu durumlarda, hava yastığının kumanda düğmesi var ise geçici olarak devre dışı bırakılması önerilir.
- 5) Prematüre bebekler korunak veya kalkanlı bebek koltuklarına bindirilmemelidir.
- 6) Bebek koltukları öne-arkaya ve sağa-sola en fazla 2.5 cm yer değiştirebilecek kadar sıkı bağlanmalıdır. Ayrıca bebeği bağlayan kemer ile bebeğin vücudu arasında yalnızca bir parmak sığacak kadar boşluk olmalıdır.

Uçak ile seyahat edecek bebekler için de benzer özellikte özel koltuklar geliştirilmiştir