

## روش های تشخیص در خانه

❖ برای بررسی زردی، نوزاد را در یک اتاق با نور طبیعی روز (یا نور سفید کافی) قرار دهید



### 1. تست انگشت



با ملایمت انگشت خود را روی پیشانی، بینی یا قفسه سینه نوزاد فشار دهید و رها کنید

### 2. بررسی رنگ پوست



اگر بعد از برداشتن انگشت، آن قسمت از پوست برای لحظه ای زرد به نظر رسید (و سفید نشد)، احتمالاً نوزاد زردی دارد.

### 3. بررسی چشم ها



ه سفیدی چشم های نوزاد دقت کنید؛ زرد شدن سفیدی چشم یکی از نشانه های واضح زردی است.

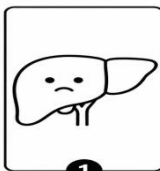


## زردی نوزادی چیست

داخل خون همه ما ماده ای به نام «بیلی روبین» وجود دارد که از شکستن گلبول های قرمز قدیمی تولید می شود و کبد ما این ماده را تصفیه و دفع می کند.

در نوزادان به علت های زیر سطح این ماده در بدن نوزاد شما بالا می رود :

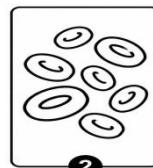
### علت های بروز زردی نوزادی



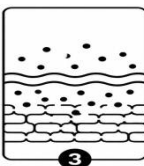
کبد نابالغ

کبد نوزاد شما هنوز خیلی جوان و تازه کار است و زمان می برد تا یاد بگیرد بیلی روبین را سریع دفع کند

نوزادان نسبت به بزرگسالان گلبول های قرمز بیشتری دارند که عمر کوتاه تری دارند و زودتر تجزیه می شوند



تولید بیشتر



تجمع بیشتر

این ماده اضافه در زیر پوست و سفیدی چشم نوزاد رسوب می کند و باعث ایجاد رنگ زرد می شود.

✓ زردی معمولاً از روز ۲ یا ۳ تولد شروع می شود، در روز ۴ تا ۵ به اوج می رسد و بعد از یک تا دو هفته کم کم ناپدید می شود



## زردی نوزادی راهنمای والدین



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی  
درمانی کردستان

• بیمارستان بوعلی میروان

• تهیه و تنظیم: مهران راشدی خرداد ماه ۱۴۰۵

✓ زردی معمولاً از سر و صورت شروع می شود و به سمت سینه، شکم، ران ها و در نهایت پاها حرکت می کند



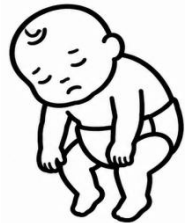
## توصیه های مناسب برای خانه



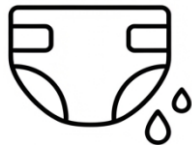
رنگ زرد پوست یا سفیدی چشم نوزاد را هر روز بررسی کنید



ویزیت بعد از ترخیص، به‌ویژه در روزهای ۳ تا ۵ تولد، بسیار مهم است



اگر نوزاد خیلی خواب‌آلود است و برای شیر بیدار نمی‌شود، این موضوع را جدی بگیرید.



از روز چهارم تولد به بعد، بیشتر نوزادان باید حداقل ۶ پوشک خیس در ۲۴ ساعت داشته باشند

نوزاد باید در شبانه‌روز به‌طور مکرر شیر بخورد.

اگر نوزاد شما خودش بیدار نمی‌شود، هر ۲ تا ۳ ساعت او را جهت تغذیه بیدار کنید



## درمان های صحیح زردی



**تغذیه مداوم و کافی**  
بهترین راه دفع بیلی‌روبین از طریق ادرار و مدفوع است  
شیر دادن بیشتر = دفع بیشتر



**نور درمانی و فتوتراپی**  
استفاده از دستگاه‌های استاندارد با لامپ‌های مخصوص فلورسنتی یا LED تحت نظارت پزشک.



**ممنوعیت لامپ مهتابی معمولی**

هیچ اثری روی درمان زردی ندارد و فقط درمان واقعی را به تأخیر می‌اندازد



**ممنوعیت استفاده از دارو های سنتی بی ضابطه**

دادن خودسر این دارو ها به نوزاد می تواند باعث کم آبی شدید اسهال و بدتر شدن نوزاد شود



**بررسی زردی فقط با نگاه کردن کافی نیست.**

گاهی پزشک برای تشخیص دقیق، از دستگاه سنجش پوستی یا آزمایش خون استفاده می‌کند.

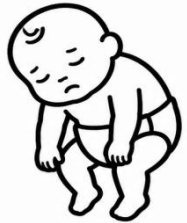
## علائم خطر جهت مراجعه فوری

در صورت مشاهده هر یک از این علائم، بدون فوت وقت به پزشک یا اورژانس اطفال مراجعه کنید :



اگر زردی در ۲۴ ساعت اول تولد ظاهر شود (این یک اورژانس است!).

اگر نوزاد به سختی از خواب بیدار می‌شود، بی‌حال است و شیر نمی‌خورد.  
یا اینکه جیغ های غیر عادی می‌کشد



اگر زردی به پاها و کف پاهای نوزاد رسیده باشد.

اگر رنگ مدفوع نوزاد سفید یا بسیار روشن (رنگ پریده) شده است



اگر نوزاد خوب وزن نمی‌گیرد و پوشک‌های خیس کمی دارد (کمتر از ۶ پوشک در شبانه‌روز)