



דף הדרכה להורים

*הורים יקרים,
מצאנו את ההנחיה הזו עבורכם/בניכם.*

עם השחרור מבית החולים, אנו שמחים לספק לכם מספר עצות שיקלו עליכם בטיפול בתינוקכם הטרם.

הלבשה:

- ✓ הקפידו לכבס את הבגדים לפני השימוש הראשון על מנת למנוע גירוי בעור.
- ✓ לשחרור התינוק הביאו עמכם:
- ✓ בחורף - גופיה, 2 מכנסי פוטר/פלנל, חליפה או אוברול, כובע ושמיכה.
- ✓ בקיץ - גופיה ומכנס מכותנה/טריקו, חליפה כובע ושמיכה דקה.

החתלה ורחצה:

- ✓ רצוי להחליף חיתול לפני ההנקה/ההאכלה. כמו כן, חשוב שלא לטלטל את התינוק בסיום הארוחה בכדי למנוע פליטה של המזון.
- ✓ יש לרחוץ את התינוק לפחות פעם ביום באמבטיה.
- ✓ **בחורף:** יש לחמם את החדר היטב לפני הרחצה.
- ✓ לאחר הרחצה יש לייבש את איזור הטבור בעדינות ולמרוח אלכוהול
- ✓ Chlohexidin 0.5%-70% באמצעות פד גזה או צמר גפן עד לנשירת הטבור.

הזנה:

- ✓ הכלכלה המומלצת היא חלב אם.
- ✓ בעת ההנקה ניתן להיעזר בכרית הנקה או כל ציוד אחר המאפשר לך את ביצוע ההנקה בצורה נוחה.
- ✓ רצוי לשטוף את הפטמות במים ללא סבון בטרם תחל ההנקה.
- ✓ במידה שהופיעו סדקים או פצעים על השד יש למרוח חלב אם על איזור הסדק ולהשאיר את השד חשוף.
- ✓ כאשר האם אינה מניקה ועושה שימוש בתחליף מזון להנקה, רצוי לוודא כי אכן מדובר בתרכובת מזון המיועדת לתינוקות, המאושרת ע"י משרד הבריאות. השימוש יעשה בהתאם להוראות היצרן.

זמני הנקה והזנה מומלצים:

- ✓ הנקה לפי רצון התינוק
- ✓ תינוק במשקל של מעל 2500 גרם - כל 3-4 שעות.
- ✓ תינוק מתחת למשקל של 2500 גרם - כל 3 שעות.
- ✓ **חשוב לוודא כי הבקבוקים והמוצצים נוקו וחוטאו לפני השימוש.**
- ✓ יש להקפיד על הוצאת אוויר (גיהוק) של התינוק לאחר ההנקה/הזנה.

חשוב לדעת!

- במידה שהתינוק יונק אזי היציאות תהיינה בהתחלה בצבע ירוק-שחור ובהמשך כתום-צהוב, במרקם רך יחסית ובתכיפות רבה יותר.
- במידה שהתינוק צורך תרכובות מזון לתינוקות - היציאות הן מועטות, פעם עד פעמיים ביום.

תנוחת השכבה רצויה:

- ✓ על פי הנחיות משרד הבריאות יש להשכיב את התינוק על הגב בלבד.
- ✓ אפשר להשכיב את תינוק על הבטן בערנות ובהשגחה מלאה של מבוגר.

תנאי חום רצויים בחדר התינוק:

- ✓ הטמפרטורה המתאימה ביותר בחדר התינוק היא 21-22 מעלות. מומלץ לתלות מד חום לצד מיטת התינוק, על מנת לוודא מידי פעם את הטמפרטורה.
- ✓ **בחורף,** במידת הצורך, יש לחמם את חדר התינוק לטמפרטורה המומלצת. אמצעי ההסקה המומלץ הוא רדיאטור. בשל היובש הרב הקיים בתקופת החורף, בגלל החימום, ניתן להניח קערת מים ליד מקור החום על מנת לספק את הלחות הדרושה לתינוק.
- ✓ **בקיץ,** יש לדאוג לאוורור ולצינון במידת האפשר.

אין לעשן בסביבת התינוק!

חיסונים:

- ✓ מיד לאחר הלידה מקבל התינוק חיסון ראשון נגד צהבת זיהומית מסוג B. שאר החיסונים יעשו בטיפת חלב החל מגיל חודש ובהתאם להוראות רופא הילדים המטפל.

מה עוד כדאי לדעת?

- ✓ בילודים תיתכן הופעת צהבת פיזיולוגית חשוב להבין כי אין מדובר במחלת הצהבת, אלא תוצאה של חוסר בשלות של הכבד. פעמים רבות צהבת זו חולפת לאחר שבוע מיום הלידה. במקרים בהם קיימת עליה משמעותית ברמת הבילירובין אצל התינוק יינתן טיפול אור מיוחד (פוטותרפיה). מידע פרטני יינתן להורים בעת הצורך. לאחר השחרור, במידה והתרשמתם שתינוקכם צהוב, מומלץ לבוא למרפאת הצהבת שלנו הפועלת בכל יום החל מהשעה 14:30. הביקור מצריך טופס התחייבות מקופ"ח או תשלום.
- ✓ עם השחרור מבית החולים יש ליצור קשר עם התחנה לבריאות המשפחה הקרובה לשם קביעת תור למעקב, שקילה, בדיקת התינוק ומתן חיסונים. בטיפת חלב תוכלי גם לקבל הדרכה, עזרה ותמיכה במגוון נושאים.
- ✓ רצוי להקפיד ולרשום את התינוק לקופת החולים אליה משתייכים הוריו.
- ✓ רצוי שלא לשכוח לרשום את התינוק במשרד הפנים לשם קבלת תעודת לידה.

אנו מאחלים לכם הסגלים והינה נחה

**נשמח לעמוד לשירותכם בכל שאלה
24 שעות ביממה
צוות יחידת הילודים-טלפון: 04-6304346**