

יחידת יילודים של המרכז הרפואי הלל יפה

בדרך הביתה

חוברת הדרכה להורים לקראת השחרור



המרכז הרפואי
הלל יפה
מומחים באנשים

מנהל המחלקה: ד"ר מיכאל פלדמן
אחות אחראית: יפה פחימה
טל: 04-6304570

הורים יקרים!

בשעה טובה תינוקכם משתחרר היום הביתה. ריכזנו עבורכם מידע אודות הטיפול היומי הראשוני בתינוקכם. אנו תקווה כי מידע זה יהיה לכם לעזר.

מזל טוב!

צוות מחלקת ילודים



שמירת חום גוף התינוק

- החום התקין נע בין 36.5°C - 37.5°C
- במידה וחום הגוף עולה מעל 38°C יש לפנות לייעוץ רפואי.
- טמפרטורת החדר המומלצת הינה כ- 22°C .
- רצוי למקם את מיטת התינוק סמוך לקיר פנימי. אין להניח אותה מתחת למזגן, מאורר או חלון. יש לבדוק חום סביבתי על ידי מדחום, אותו ניתן למקם בקיר בגובה מיטת התינוק.
- בחורף יש לחמם את החדר.

לבוש

- הקפידו לכבס בגדים חדשים לפני השימוש הראשוני, על מנת למנוע גירוי בעור.
- רצוי להלביש בגדים העשויים מכותנה גמישה. בד סינטטי יכול לגרום להזעה וגירוי.
- בקיץ - שכבה אחת ארוכה דקה של טריקו / כותנה רכה, תינוקות מתחת למשקל 2.5 ק"ג יש להלביש בשתי שכבות.
- בחורף - שתי שכבות של פוטר /או פלאנל, ארוכות עם רגליות. במידה וכפות הרגליים קרות, יש להוסיף גרביים /או כפפות.
- יש לכסות בשמיכה מתאימה לעונה, חשוב שתהיה קלה ותאפשר תנועתיות חופשית של התינוק תחתיה.

רחצה

- ניתן לרחוץ את התינוק, כבר ביומו הראשון בבית. רצוי להכין את הציוד הדרוש לרחצה מבעוד מועד.
- טמפרטורת חדר האמבט 25°C חשוב שהרחצה תעשה בשעה נוחה וקבועה רצוי לפני הארוחה.
- טמפרטורת המים 37°C ניתן לבדוק על ידי הכנסת המרפק למים.
- יש לשטוף את הפנים ללא סבון, את שאר חלקי הגוף יש לסבן בעדינות ולשטוף עם מים. אפשר להיעזר במתקן אחיזה בתוך האמבטיה.
- את האוזניים אסור לנקות בעזרת מקלוני אוזניים, אלא על ידי צמר גפן יבש מגולגל או מטלית רכה יבשה, יש לנקות רק בחלקים הגלויים לעין.

ציפורניים

- הציפורניים של התינוק עדינות ורכות ומחוכרות לעור האצבעות, לכן אסור לגזור אותן עד גיל חודש.
- לאחר מכן יש להשתמש במספריים המתאימים לתינוק. כדי למנוע שריטות, יש לכסות את הידיים לסירוגין עם כפפות/ גרביים.

טיפול בגדם הטבור

- גדם הטבור צפוי לנשור מעצמו עד כ-3 שבועות. יש לחטא סביב הטבור פעמיים ביום, עם אלוקוקסידין (אלכוהול +70% אכלורוקסידין 5%).
- יש לפנות לרופא ילדים כאשר ישנו אודם ניכר סביב הטבור, ריח רע, הגדם רך ומפריש או במידה וגדם הטבור לא נשר לאחר חודש.

החתלה

רצוי לחתל לפני האוכל. יש להדק את הטיטול, אך לוודא שלא ישאיר סימנים על הירכיים. אם הטיטול מלא אחרי הארוחה ניתן להחליפו, אך יש לעשות זאת בעדינות ולהיזהר מלטלטל את התינוק, שכן הוא עלול לפלוט את הארוחה.
רצוי לחתל לפני האכלה.

הפרשת יציאות

לתינוק יונק צפוי מס' יציאות נוזליות או רכות בעוד שלתינוק הניזון מתחליפי חלב יהיו פחות יציאות. במידה וחל שינו קיצוני ביציאותיו של התינוק כגון יציאות בעלות ריח רע, יציאות מימיות או בצע שונה יש לפנות ליעוץ רפואי.

הפרשת שתן

העלייה בכמות הפרשת השתן הינה הדרגתית, כאשר מצופה שמהיום הרביעי יהיו 5-6 טיטולים ספוגי שתן. השתן צריך להיות כהיר. שתן כהה סימן לכך שהתינוק אינו יונק מספיק ומחייב התייחסות. יתכן שתן בצבע רוד - כתום בימים הראשונים, הדבר תקין.
אצל בנות יכול להופיע סמני דם וויסתי, בימים הראשונים עד גיל חודש ומהווה ביטוי לתגובה להורמונים של האם.

הנקה

בשבוע הראשון לחיים יש להיניק לעיתים תכופות לפי רצון התינוק. לעשות הפסקה ולהציע לו את השד השני.
יתכן מצב בו התינוק יהיה ישנוני בימים הראשונים. יש להעירו להנקה כל 4 שעות.
לתינוק שיונק היטב, יש כמויות תקינות של שתן וצואה.
תינוק מתחת ל-2.5 ק"ג יש לוודא יעילות ההנקה ואף לתת תוספת מבקבוק אם צריך. ניתן להיעזר בכרית הנקה, בעת ההנקה.
יש לשטוף את הפטמות במים ללא סבון לפני ההנקה, אין למרוח קרם גוף על השדדים. פטמות פצועות וסדוקות נגרמות בדרך כלל מהיצמדות או תפיסה לא נכונים של התינוק לשד.



טיפול בפטמות פצועות/ סדוקות:

- שינוי תחושת ההנקה והצמדות נכונה לשד.
- להתחיל ולהניק בצד הפחות כואב.
- אוורור הפטמות בסוף ההנקה.
- מריחת הפטמה בחלב בגמר ההנקה ו/או משחה המבוססת על החומר לאנוליין (LANOLIN).
- להימנע משטיפת השד בסבון וכן להימנע ממריחת משחות על השד שיש צורך להורידן לפני ההנקה.

האכלה

חלב אם הינו המזון המומלץ לתינוק. אך אם מסיבה כלשהי אין באפשרותך להניק, יש לתת תרכובת מזון לתינוקת (תמ"ל). יש להכין את התמ"ל על פי הוראות היצרן ולאחר הדרכה מגורן מקצועי. תינוקות מתחת למשקל 3 ק"ג יש לתת כלכלה כל 3 שעות גם בלילה. תינוקות מעל 3 ק"ג יש לתת כלכלה כל 3.5-4 שעות. יש להאכיל את התינוק בתנוחה מוגבהת מעט, עם פומת בקבוק בעלת זרימה איטית. יש לאפשר לתינוק הוצאת אויר באמצע ובסוף הארוחה.

תנוחת השכבת התינוק

משרד הבריאות מנחה להשכיב את התינוק על הגב בזמן שינה. שכיבה על הגב מקטינה את הסיכון למות בעריסה. לצורך התפתחותו המוטורית וחיזוק חגורת הכתפיים, מומלץ להשכיבו על הבטן בזמן ערנות ובהשגחה מלאה של מבוגר.



מוצץ

מומלץ לתת לתינוק מוצץ להרגעה ובזמן שינה. מחקרים הראו שהסיכון למות בעריסה קטן יותר אצל תינוקות שהשתמשו במוצץ. ההמלצה למתן מוצץ הינה לאחר התבססות בהנקה של התינוק בגיל חודש לערך.

ויטמין D

החל מיום שחרורו של תינוקך יש לתת עפ' הוראות רופא ויטמין D פעם ביום עד לגיל שנה לפני הארוחה. ויטמין D עוזר במניעת רככת העצמות חשוב לבניית העצמות. בשחרור תקבלו מרשם לויטמין D.

משקל התינוק

בימים הראשונים של החיים, תיתכן ירידה פיזיולוגית במשקל עד 10% ממשקל הלידה העלייה מתחילה מהיום החמישי לחיים והתינוק אמור להגיע למשקל הלידה עד גיל שבועיים. המעקב אחרי העלייה במשקל חשוב שתימשך בטיפת חלב כחלק ממעקב ההתפתחותי של התינוק. יש ליצור קשר עם טיפת חלב סמוך לחזרתכם הביתה.

צהבת

צהבת הילוד היא תופעה פיזיולוגית עקב חוסר בשלות של הכבד. לרוב הצהבת חולפת בהדרגה תוך מספר שבועות. התינוק יראה פחות צהוב עד שהצבע הצהוב בעורו יחלוף. יש תינוקות שמצב הצהבת אצלם מחמיר, עד כדי צורך בטיפול. יתכן ותצטרכו לחזור למרפאת צהבת במחלקתנו לשם ביקורת. במידה ולא הוזמנתם ותינוקכם נראה לכם צהוב יותר מיום שחרורו, יש לגשת לרופא ילדים בקופת חולים והוא יחליט באם יש צורך בבדיקת בילירובין.

זמני הבדיקה

יום א'-ה' בשעה: 15:00 אחרי צהריים

יום ו' וערכי חג בשעה 10:00 בבוקר

חיסונים

בעת השחרור יקבל התינוק פנקס חיסונים ובו רישום של החיסון הראשון מבין 3 חיסונים נגד צהבת זיהומית מסוג B שקיבל ביום הראשון לחייו. את 2 החיסונים הנוספים יקבל בטיפת חלב. רישום ביצוע בדיקת שגרה של PKU (חוסר אנזים המפרק חומצת אמינו בגוף) TSH - (תפקוד של בלוטת התריס) - אם התשובה לא תקינה היא תימסר לכם בטיפת חלב.

רק תינוקות בסיכון יקבלו חיסון BCG.

יש להביא את פנקס החיסונים לאחות בביקור הראשון בטיפת חלב. יש ליצור קשר ביומיים הראשונים לחזרה הביתה עם התחנה לכריאות המשפחה (טיפת חלב) לשם קביעת תור להמשך מעקב וטיפול.

מעקב שחרור מבית חולים

עם השחרור תקבלו תעודת שחרור של הילוד ובו סיכום השהיה ביחידת יונקים והמלצות רפואיות. את התעודה יש להראות לרופא ילדים המטפל ולרשום את התינוק לקופ"ח בה חברים רצוי לצלם את מכתב השחרור.

סימנים המחייבים פניה לרופא ילדים

- חום גוף נמוך מ- 36°C או מעל ל- 37.8°C .
- מיעוט במתן שתן עד אי מתן.
- ירידה מתמשכת במשקל.
- ירידה בתאבון או הקאות.
- אפאטיות (אי תגובה) או חוסר שקט ניכר.

ברית מילה

במרכז הרפואי הלל יפה ניתן לבצע ברית מילה בביצוע מוהל בתנאים רפואיים ובשילוב טקס דתי. לפרטים: 04-6304765, השירות כרוך בתשלום



feldman@hy.health.gov.il	04-6304650	ד"ר מיכאל פלדמן, מנהל מחלקה
erezn@hy.health.gov.il	04-6304399	ד"ר ארז נדיר, רופא בכיר
sylviaf@hy.health.gov.il	04-6304399	ד"ר סילביה פולדי, רופאה בכירה
yasminp@hy.health.gov.il	04-6304231	גב' יסמין פרץ, אחות אחראית פגים
yafap@hy.health.gov.il	04-6304345	גב' יפה פחימה, אחות אחראית יילודים
kerenh@hy.health.gov.il	04-6304268	גב' קרן חליבה, עובדת סוציאלית
physiotherapy@hy.health.gov.il	04-6304567	גב' ענת קליק, פיזיותרפיסטית
hagit_s@hy.health.gov.il	04-6304379	גב' חגית שם טוב, מזכירה רפואית

