دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

مدیر گروه سلامت روان و روان‌پزشک دانشگاه، با تأکید بر
اینکه مراقبت از نوزاد نارس با ترخیص از بیمارستان
پایان نمی‌یابد، بیان کرد : در کنار توجه به تغذیه،
وزن‌گیری و سلامت جسمی نوزاد، رسیدگی به سلامت روان والدین
و پیگیری رشد و تکامل کودک نیز ضروری است .

دکتر حمید دانایی به مناسبت روز جهانی نوزاد نارس گفت : تولد نوزاد پیش از پایان هفته سی‌وهفتم بارداری می‌تواند خانواده را با شرایطی پیش‌بینی‌نشده روبه‌رو کند . نگرانی درباره سلامت نوزاد، بستری‌شدن در بخش مراقبت‌های ویژه، جدایی موقت و تغییر برنامه‌های زندگی، فشار روانی زیادی به والدین وارد می‌کند . احساس ترس، غم یا درماندگی در این شرایط ممکن است رخ دهد، اما تداوم یا شدت‌یافتن این احساسات نیازمند توجه و ارزیابی است .

دکتر دانایی اظهار داشت : اگر غمگینی، بی‌علاقگی، احساس گناه یا ناامیدی در بیشتر روزها و به مدت دو هفته ادامه

1 / 3

Phoca PDF

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

پیدا کند، یا اضطراب به اندازه‌ای باشد که خواب، تصمیم‌گیری و انجام کارهای روزانه را مختل کند، بهتر است والدین برای ارزیابی به پزشک یا کارشناس سلامت روان مراجعه کنند. در صورت شدیدبودن علائم، نباید برای مراجعه منتظر گذشت دو هفته ماند.

وی با اشاره به اینکه افسردگی و اضطراب نشانه ضعف والدین نیستند و درمان‌های مؤثری برای آن‌ها وجود دارد افزود: پدران نیز ممکن است دچار اضطراب، افسردگی یا علائم ناشی از تجربه آسیب‌زا شوند. کابوس‌های تکرارشونده، یادآوری ناخواسته لحظات بحرانی بستری نوزاد و ترس مداوم از تکرار آن اتفاق‌ها، به‌ویژه هنگامی که زندگی روزمره را مختل می‌کنند، نیازمند بررسی هستند. تقسیم مسئولیت مراقبت، فراهم‌کردن فرصت استراحت برای هر دو والد و کمک‌گرفتن از نزدیکان می‌تواند از فشار خانواده بکاهد.

روان پزشک درباره رابطه عاطفی با نوزاد نیز تصریح کرد: برخی والدین به دلیل نگرانی یا جدایی هنگام بستری، از همان ابتدا احساس نزدیکی مورد انتظار خود را تجربه نمی‌کنند. این موضوع به معنای بی‌علاقگی یا ناتوانی آن‌ها در والدبودن نیست. رابطه عاطفی می‌تواند به‌تدریج و با حضور، صحبت‌کردن و مشارکت در مراقبت شکل بگیرد. تماس پوست‌به‌پوست و مشارکت در مراقبت‌های روزانه نیز باید با آموزش و راهنمایی تیم درمان انجام شود.

مقام مسئول یاداور شد: پیگیری کودک متولدشده پیش از موعد نباید به وزن و قد محدود شود؛ رشد حرکتی، شنوایی، بینایی، زبان و ارتباط اجتماعی او نیز باید در ویزیت‌های پیگیری بررسی شود. در دو سال نخست، معمولاً برای ارزیابی مراحل تکامل از «سن اصلاح‌شده» استفاده می‌شود؛ یعنی سن کودک با درنظرگرفتن مدت زودتر متولدشدن محاسبه می‌شود. برای مثال، کودکی که هشت هفته زودتر به دنیا آمده است، در چهارماهگی تقویمی، حدود دو ماه سن اصلاح‌شده دارد.

2 / 3

Phoca PDF

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

بنابراین مقایسه بدون توجه به این تفاوت می‌تواند نگرانی غیرضروری ایجاد کند.

دکتر دانایی افزود: تولد زودرس، به‌ویژه در نوزادان بسیار نارس، با افزایش احتمال برخی مشکلات تکاملی، توجه و یادگیری در سال‌های بعد همراه است؛ اما این ارتباط به معنای ابتلای حتمی نیست. بسیاری از کودکان متولدشده پیش از موعد، مسیر رشد مطلوبی دارند. هدف پیگیری منظم، شناسایی زودهنگام نیازهای کودک و فراهم‌کردن کمک مناسب است.

وی به والدین توصیه کرد: برنامه پیگیری هنگام ترخیص را جدی بگیرند و اگر کودک مهارتی را که قبلاً داشته از دست داد، به صداها پاسخ نداد یا درباره حرکت و ارتباط او نگرانی داشتند، موضوع را با پزشک مطرح کنند. همچنین بهتر است روزانه زمانی کوتاه برای تعامل آرام، صحبت‌کردن و پاسخ‌دادن به نشانه‌های نوزاد اختصاص دهند و مراقبت را متناسب با تحمل و نیاز او پیش ببرند.

دکتر دانایی در پایان خاطرنشان کرد: والدین قرار نیست این مسیر را به‌تنهایی طی کنند. درخواست کمک برای سلامت روان خود و پیگیری رشد فرزند، بخشی از مراقبت مسئولانه از نوزاد نارس است.

3 / 3

Phoca PDF