

# 新生儿第一天注意事项及护理

杨菊

南充市中心医院儿科 637000

【中图分类号】R473.72

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 05-078-01

一个新生命带着期待降生到这个世上，爸爸妈妈们小心翼翼地呵护着这个脆弱的小生命。因为如果爸爸妈妈们稍不注意，一些小小的失误就可能影响新生儿的发育，甚至在无意中对新儿造成伤害。新生儿期是指宝宝从脐带结扎到出生后的28天时间。这个时期的宝宝们还有一些特殊的生理特点，需要特别注意。宝宝的器官还没有发育成熟，各项能力都还比较弱，那应该注意哪些方面，才能做到科学、细致的护理呢？因此要了解新生儿的护理方面的各种注意事项。才能更好的护理宝宝，才能保证宝宝的健康。

## 一、新生儿注意事项

### 1. 环境变化

新生儿长期生活在母体子宫内，当他们离开母亲温暖的子宫，开始与外部世界进行交流时，这中间就需要一个缓慢适应的过程。子宫内相较于外界，温度较高，过渡时期的外界温度应与宫内温度条件尽量一致且温度恒定。一般为22℃~24℃为宜。过低容易引起新生儿感冒等疾病的发生，过高导致新生儿出汗多也容易着凉，并且易长痱子而发展为痱毒。为了保持室内的健康状态，建议将环境湿度控制在55%~65%之间。此外，还需要定期对室内环境进行消毒，以确保其卫生安全。例如，建议每天用湿布擦拭二次，并在发现污染物时立即采取消毒措施。此外，如果条件允许，还可以使用紫外线消毒器消毒三十分钟。为了确保环境的宁静，请尽量减少噪声干扰。

### 2. 光线变化

新生儿长期生活在母体子宫内，所以有些人就认为室内光线不能太亮，会对新生儿的眼睛造成刺激。其实新生儿已经开始接触世界，宝宝需要有自己感应世界的方式，应该让宝宝适应昼夜交替变化，形成良好的外界感知，从而培养新生儿良好的作息习惯。而我们需要注意的是避免阳光直接照射新生儿的眼部，导致新生儿患病。

## 二、新生儿护理

### 1. 新生儿脐部护理

新生儿出生第一天，助产士减掉脐带，意味着新生儿与母亲之间身体的联系也就此斩断。助产士为了减少剪脐带的出

血量将留在新生儿肚子上的脐带残端用线结扎两道。这个减掉脐带的伤口就成了新生儿的第一个伤口。

脐部残端一般在出生后3~7天脱落，在脐带脱落前、脱落后的一周，需每日用消毒棉签沾取75%的酒精或0.05%碘伏液擦拭，消除脐轮、脐窝内的分泌物，保持脐部清洁干燥。如果脐轮周围红肿，脐部分泌物有恶臭，提示厌氧菌感染，及时到医院就诊。

### 2. 新生儿臀部护理

新生儿皮肤稚嫩，在选用尿布时，应优先考虑透气尿布，在使用过程中勤换尿布，保证尿布清洁。新生儿每次大小便后用温水清洗臀部，柔软布擦干即可，保持臀部清洁，臀部干燥时使用护臀霜进行涂抹，并按摩片刻，促进局部血液循环。

### 3. 新生儿口腔护理

新生儿娩出后，口中可能存留有羊水及秽液，应及时用消毒纱布擦拭，以免污秽物吸入肺部。在日常护理中，每日应补充水分，保持口腔湿润。加强奶具的消毒，保持乳母乳头的清洁。从而保证新生儿口腔健康。

### 4. 新生儿眼部护理

新生儿娩出后1~2天，眼角可能会有分泌物出现，此时一定不能直接用手进行擦拭，可以用柔软亲肤的面巾纸进行擦拭。如果持续有分泌物，可遵医嘱使用抗炎滴眼液及0.9%氯化钠注射液点眼。

### 5. 新生儿皮肤护理

新生儿期要注意皮肤清洁护理，新生儿的皮肤对外界细菌或感染原的屏蔽能力相对较差，容易出现皮肤感染而继发疾病。

## 三、结语

养育一个新生宝宝，最重要的是护理，现在很多人对于新生儿的护理有疑问，其实，新生儿护理的目的是什么？新生儿护理的目的是为了避免新生儿患上疾病，因为新生儿免疫功能低下，体温调节功能较差，因而易感染，所以要特别对孩子进行护理。0-12个月的宝宝是生长发育最快的一年。对于新手妈妈来说，也是充满挑战的一年。护理新生儿宝宝需要父母的细心和耐心，一点也不能马虎，所以这些护理要点和方法，希望能够帮助爸爸妈妈们更好的带好宝宝的宝宝。

(上接第77页)

### 2. 消食降脂高手——山楂

山楂，性微温，味酸、甘。归肝、胃、脾经。有行气散瘀、消食健胃、化痰降脂的功效。现代社会，人们的生活水平不断提高，日常饮食中大鱼大肉已经成为家常便饭，人们在享受美食的同时，可喝一杯山楂饮有帮助消化的作用，山楂对肉食之积效果尤为明显。血脂高、形体胖的人，常吃山楂可降低甘油三酯与胆固醇水平，对动脉粥样硬化可起到预防作用。需注意的是，容易反酸、胃溃疡、胃炎人群，忌山楂；特别注意：孕妇忌山楂，因为山楂有破血散瘀的作用，对子宫收缩可产生刺激，可能诱发流产。推荐吃法：山楂茶、山楂饼、

山楂银菊饮等。

### 3. 补气健脾养胃——山药

山药，性平、味甘。有健脾、固肾、补肺、益精的功效。对于脾胃虚弱者而言，通常伴有疲倦乏力、食欲不振、腹泻等症状，常吃山药对此类症状能有效改善。现代药理研究显示，山药成分中，含有大量多酚氧化酶、淀粉酶，有改善胃肠功能、促进消化的作用，但大便干燥者要少食或禁食。作为一种常见的粗粮，含有大量的淀粉，可以替代主食用，其升糖指数在50-60之间，明显低于馒头、米饭等主食，所以对糖尿病患者更适合。推荐吃法：山药小排汤、山药炒木耳、蓝莓山药汤等。