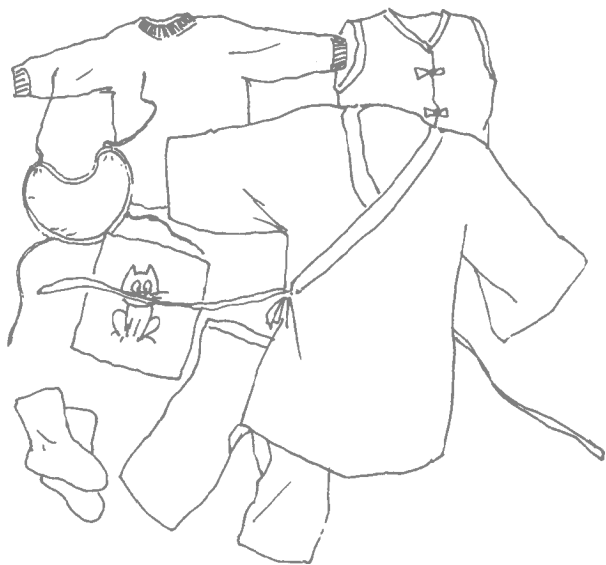


一、迎接新生命诞生的准备

1. 新生儿穿什么衣服舒适

婴儿的衣服，尤其是贴身的衣服一定要选用纯棉的。因化纤衣料吸水性差，不透气，有的对皮肤还有刺激作用，可引起湿疹样的过敏性皮肤病。而棉布质地柔软，吸水性强，又能透气，很适合婴儿使用。

衣服式样以开胸、结带子为宜（如和尚袍），衣服应以清水洗净，阳光下晒干后穿。存放婴儿衣服，不宜用樟脑、卫生球等化学防虫剂。

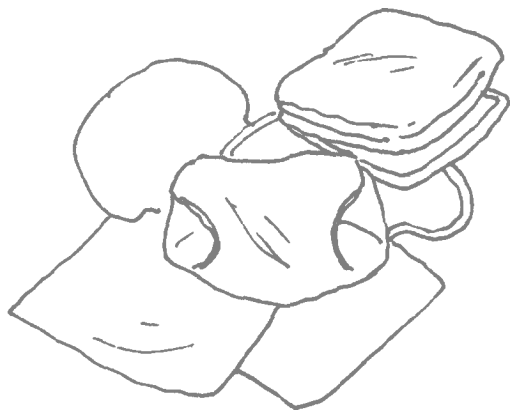


婴儿穿衣不宜“捂”，应随着气温变化而增减。衣着适当时婴儿表现为嘴唇、指甲红润，手足温暖。如嘴唇、指甲发紫，手足发凉则是穿少了反之若满头大汗贴身衣服湿漉漉的则可能是穿得太多了。

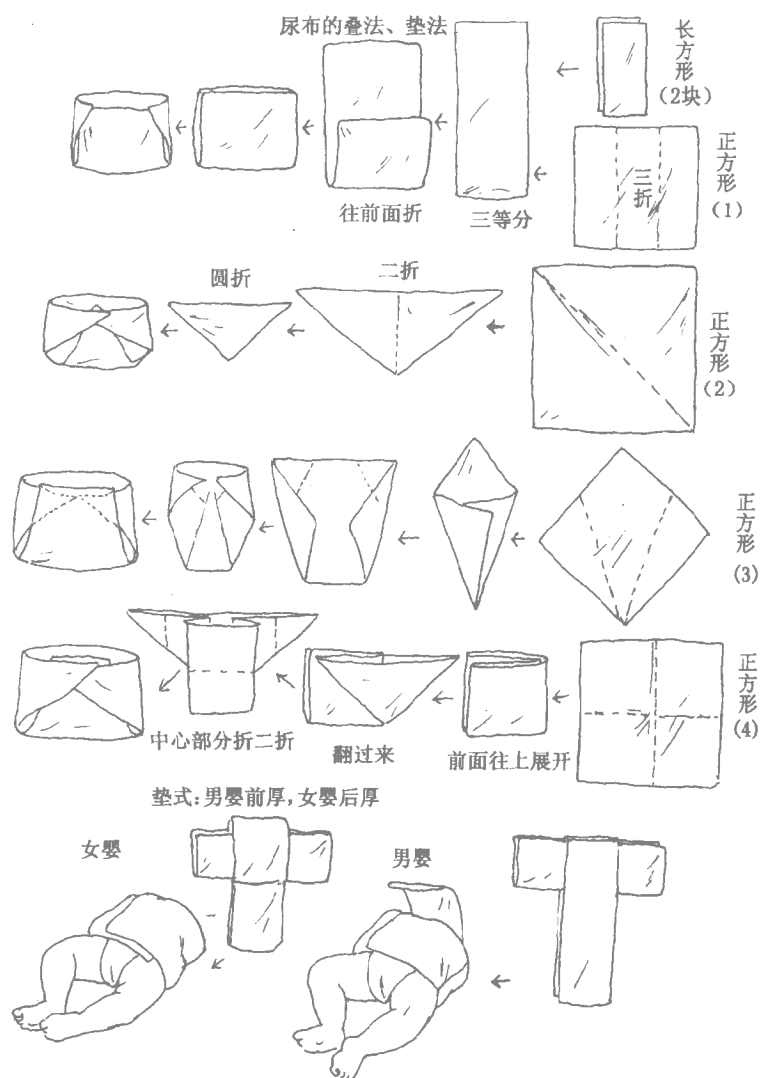
2. 新生儿用什么样的尿布最合适

适合于新生儿用的尿布有以下几种：

(1)布尿布：是新生儿和婴儿最常用的保洁用品，应选用吸水性好、柔软、透气、浅色、耐洗的棉布制成的为好。可利用旧的床单、被里、棉毛衫、纱布等，要用纯棉的，不要用化纤的。使用前应洗净消毒。



布尿布形状有两种：①正方形尿布：尿布边长为80厘米，多折成三角形使用，故也称为三角形尿布；②长方形尿布：布长100~120厘米，宽约35厘米，对折成细长条使用。

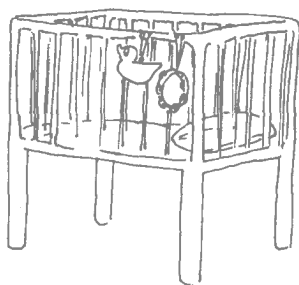


(2) 纸尿片：市场销售的一次性纸尿片具有柔软、吸水性好、方便、卫生、尿液不易外渗和无需洗涤等优点，对学步的孩子也特别适用。因为纸尿片体积很小，不妨碍孩子走路，带孩子户外活动或旅行，纸尿片比布尿布更为实用、方便。缺点是透气性远比布尿布差，在较热的天气，因尿液不易外渗，父母难以发现孩子的尿片湿了，如更换不及时，红臀发生率高，且价格贵，不能重复使用。因此可根据实际情况交替使用布尿布与纸尿片。

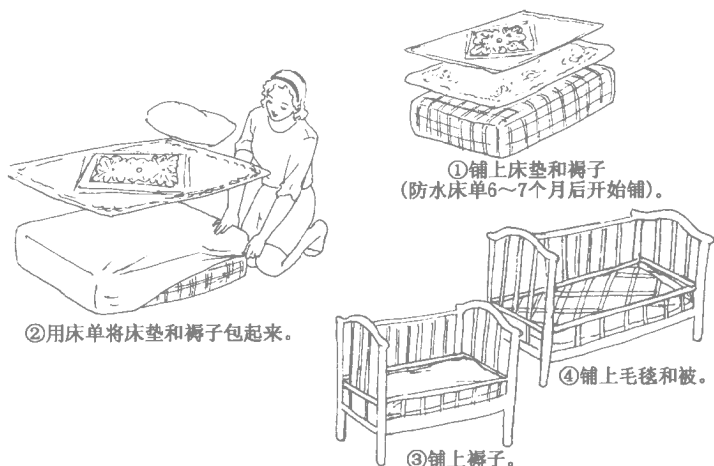


3. 该为新生儿准备何种床具和被褥

(1) 睡床：选择睡床应注意床的大小和安全性能，以结实安全为原则。小床的四周应有围栏。栅栏间隔不能太宽，栏高度以高于床垫50厘米为宜。床的围栏和床角要做得圆滑。



(2) 被褥：①垫被 为了有利于婴儿脊柱的发育 垫被最好选用稍硬一点儿的，如较旧的棉胎；②盖被：盖被应选择柔软、通气性强的新棉絮。盖被的厚薄可根据季节选择 夏季选择毛巾被、浴巾、小毛巾等。垫被和盖被最好用棉布做成的被套套上，以便于洗涤。



4.怎样为婴儿选择枕头

新生儿不用枕头，因为他们的脊柱是直的，平睡时背和后脑勺在同一平面上，不会造成肌肉紧绷状态而导致落枕。且新生儿的头大，几乎与肩同宽，侧睡也很自然。但是为了防止溢奶，可将新生儿上半身稍垫高一些。1~3个月的小婴儿可采用市场出售的或用泡后晒干的茶叶、绿豆衣、菊花等做枕心，枕头高2~3厘米，软硬适宜。3个月后，婴儿颈部脊柱向前弯曲，胸部脊柱逐渐向后弯曲，枕高应增加到3~4厘米，冬天可采用全棉的枕心、枕套和枕巾。



5. 新生儿需要准备哪些医疗用具和药品

(1) 体温表：用于测量婴儿体温，随时发现婴儿是否发热。

(2) 外用消毒用品：75% 酒精，可用于消毒皮肤，也可擦洗体温表。0.5% 的碘伏、红药水 用于皮肤消毒。

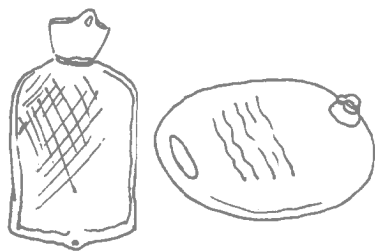


(3) 消毒纱布、棉花 可以包扎伤口。

(4) 洁肤用品 婴儿有专用香皂、润肤油、扑粉等。婴儿专用香皂碱性低，对皮肤刺激小，忌用洗发精或洗澡液等。婴儿润肤油可涂在婴儿皮肤皱褶处以防汗水浸渍。婴儿扑粉，洗澡后可扑在皮肤皱褶处。



(5)保暖用品：新生儿体温调节功能差，皮下脂肪薄，体表面积相对较大，体温常随外界气温的波动而变动，冬天不易保持正常体温，需要加用热水袋来保暖，但不可直接接触皮肤，以免烫伤。

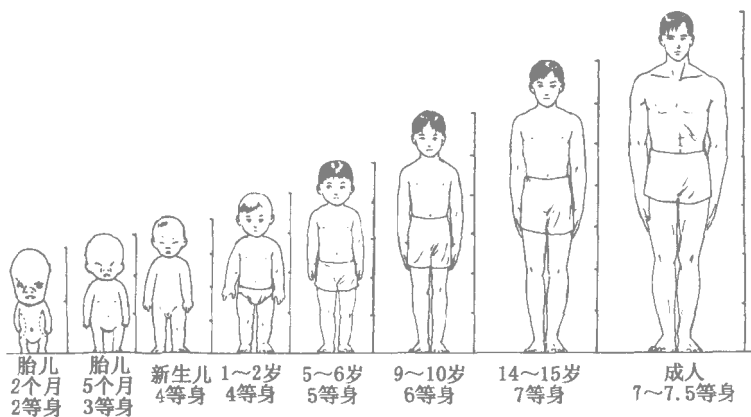


二、新生儿期的生理特点与护理

(一) 新生儿的生理特点

1. 什么是正常新生儿

凡胎龄37~42周的新生儿，体重在2500克以上（通常约3000克）身长平均为50厘米，哭声响亮，肤色红润，皮下脂肪丰满，毳毛少，头发分条清楚，头颅较大，约占全身1/4；耳软骨发育良好，耳轮清楚，乳腺结节>4毫米，平均7毫米，指甲长过指尖，四肢呈屈曲状；足纹遍及整个足底；男婴睾丸已降，阴囊皱裂形成；女婴大阴唇覆盖小阴唇；并于生后24小时内排出胎粪，呈墨绿色，3~4天内排完，即为正常新生儿。新生儿身长约等于4个头长，随着生长发育，人体的生长比例也在不断变化。



人体生长比例图

2. 什么叫高危新生儿

高危新生儿是指母婴具有某些危险因素，已经发生或可能发生危重疾病的新生儿。有以下情况之一的属于高危儿。

(1) 母亲妊娠期曾患病或吸烟等：母亲妊娠期曾患有各种疾病，如糖尿病、心脏病、肾脏病、感染性疾病等。妊娠期间有吸烟、吸毒、酗酒等。



吸毒

(2) 母亲在妊娠期合并某些异常：如前置胎盘、胎盘早期剥离、羊膜早破、羊水胎粪污染、母亲有妊娠高血压综合征、先兆子痫、子痫等。

(3) 药物对胎儿的影响：母亲妊娠期间服用过对胎儿有害的药物，分娩过程中使用镇静和止痛药物等。

(4) 异常分娩史 各种难产、手术产如高位产钳、胎头吸引、臀位产、剖宫产等。

(5)既往史：母亲有流产、死胎、死产或分娩过异常胎儿史，有性传播疾病史等。

(6)出生时异常 出生时有窒息、脐带绕颈、早产儿(孕期不足37周)、低出生体重儿(出生时体重小于2500克)巨大儿(出生时体重大于4000克)以及各种先天性严重畸形和疾病等。

由于高危新生儿容易发生危险甚至死亡，所以对有危险因素的新生儿，家长应仔细观察，细心养护，以便早期发现异常情况，及时送医院救治，以减少死亡的发生。

3.新生儿体温为何波动较大

新生儿体温调节中枢发育不完善 皮下脂肪薄 皮肤面积相对较大，他们的体表面积与体重的比例是成人的2倍以上 故容易散热。新生儿寒冷时无颤抖反应，而由棕色脂肪产热。如果环境温度低，而保温又不足，体温可降至36℃以下 引起硬肿症。同时由于新生儿汗腺发育不好 排汗功能较差 所以环境温度过高或包裹过多，又未给予足够的水分，可使体温高达40℃以上 易引起抽风。



4.新生儿为何呼吸不均匀

新生儿呼吸较浅表，节奏短促而不规则，呼吸频率40~60次/分 2周后逐渐稳定。其原因是：

(1) 新生儿呼吸运动幅度很小，呼吸较浅表，主要靠膈肌的升降来实



现呼吸运动，呈腹式呼吸。浅表的呼吸不能满足新生儿较高的代谢水平和对氧气的需要量，只能靠加快呼吸、增加每分钟呼吸次数来弥补其呼吸功能的不足。

(2)新生儿呼吸中枢发育不成熟，呼吸节律常常不规则，入睡时更为明显。虽然正常新生儿，其呼吸有深浅交替和速率快慢不等的现象，但不应有面色难看或发生青紫等现象。如果出现此现象，应立即到医院就诊。

5.什么是新生儿生理性黄疸

由于新生儿肝功能发育还不成熟，不能处理来自体内正常新陈代谢所破坏的红细胞产生的胆红素，以至于50%~60%足月儿和80%的早产儿于生后2~3天出现巩膜、面、颈、躯干和四肢皮肤不同程度的黄染，4~5天达到高峰，足月儿在2周内消退，早产儿可延长到3~4周。在黄疸期间，孩子的吃、睡、哭都正常。这种黄疸称为生理性黄疸，对孩子健康无影响，不必急于处理。



6.什么是新生儿脱水热

新生儿出生后2~3天，若喂奶、喂水量不足或环境温度太高可引起脱水，导致发热，重者体温可高达39℃以上，有烦躁不安、啼哭、口渴、少尿、前囟稍凹等表现，但其他情况良好，能吃奶，精神状态正常。多喂几次奶、葡萄糖水或温开水，体温可自然恢复。一

般每2小时喂1次,每次10~20毫升,很快就可退烧。医学上称之为新生儿脱水热。



7. 新生儿“马牙”是否要处理

新生儿在口腔牙龈边缘可长着芝麻大小、数量不等、高出牙龈表面的黄色小球球,看起来像乳牙,其实不是真正的牙齿;有的在上腭中央也有散在的黄白色、米粒大小的隆起,俗称为“马牙”,医学上称为“上皮珠”。这是由于在胚胎发育过程中残留的上皮细胞堆积或粘液腺分泌物积留所致,属于正常现象,不需治疗,于出生后数周或数月可自行消失。切记不可用针挑破,或用未经消毒的东西去擦,以免损伤粘膜引起感染,造成败血症。



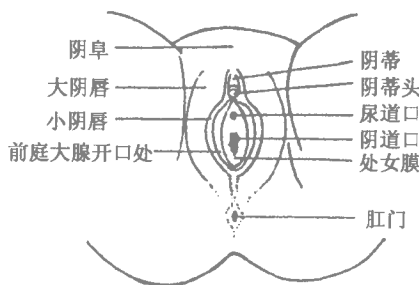
8. 新生儿乳房肿大是否异常

有些新生儿(不论男女)出生后3~5天可见双侧或单侧乳房肿

胀、增大现象 小如蚕豆 大如鸽蛋 甚至有少量乳汁分泌 ,8~10天最明显，大多在生后2~3个月自行消退。这是因为母亲的孕酮和催乳素通过胎盘至胎儿体内，出生后母体雌激素中断所致。这是一种正常的生理现象，不必做任何处理，切勿按摩、挤压肿大的乳房，以免引起化脓性乳腺炎 造成乳房红肿、热痛，甚至积脓，发生败血症。



9.女婴阴道出血是否有病



有的女婴于生后5~7天阴道会流出少量的血性分泌物或白色粘液 酷似“月经”“白带”，但这种现象是一次性的 经1~2天即消失。这种被称为假月经和假白带的现象也是一个生理过程。此因母亲雌激素在孕期进入胎儿体内，生后突然中断所致，一般不必处理。但如果阴道出血量大，持续时间长，或同时有皮肤粘膜等多处出血的，应去医院就诊，以排除出血性疾病的可能。

10. 新生儿溢奶是否有病

大多数新生儿于喂奶后有少许奶水从口腔吐出或从口角边上流出，少数在喂奶后一段时间内因体位改变而吐奶，并含有乳凝块，医学上称为“溢奶”，通常为生理现象，不是病态。随着年龄的增长，溢奶逐渐好转，到了3个月时明显减轻，多在出生后6个月内自然消失。

(1) 溢奶的主要原因：新生儿胃容量小，呈水平位，胃的入口贲门括约肌发育差，而出口的幽门括约肌发育较好，造成出口紧而入口松，奶水容易反流引起呕吐。遇到喂养不当，如吸空奶瓶，喂奶时奶头内未充满乳汁，奶瓶的奶头孔过大，喂奶时流速过急；或喂奶次数过多，量过大，也是造成溢奶的原因。喂奶前哭闹，可造成大量吞气而引起溢奶。此外刚喂奶后即平卧、抱着孩子来回摇晃、奶后洗澡，或换尿布动作过于强硬等，都容易造成溢奶。



(2) 预防的方法：使用奶瓶喂奶时，奶头孔不要太大；母乳喂养时最好让婴儿躺在母亲怀里，母亲将示（食）指和中指分开，轻轻压住乳头，可以防止奶水流得太急，减少溢奶。



此外，喂奶后要轻轻抱起，使之伏在母亲肩上，轻拍其背部，让胃内气体排出，然后将其轻轻放下，使之头部稍抬高，置右侧卧位，这样可以减少溢奶的发生。但如生后 2~3 周溢奶越来越严重，呕吐量多且成喷射状，伴有奶块甚至有绿色胆汁时，应及时到医院诊治。



(二) 新生儿的清洁护理

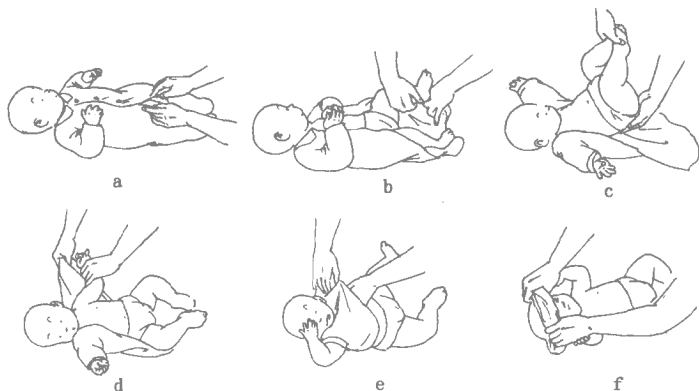
1. 怎样为新生儿穿脱衣服

为新生儿穿衣、脱衣难度大，而新生儿吐奶、洗澡、排便等都需要换衣服，如穿衣不熟练容易使新生儿感冒，并可使新生儿娇嫩的身体受到伤害。更换衣服时室温要适中，欲穿的干净衣服也要预先加热至接近体温。

(1) 脱衣服：

·脱连衣裤 将干净衣服放在床上，让新生儿仰卧在边上。解开新生儿衣服系带，察看尿布是否干净，不干净需立即更换。将新生儿的双腿提起，把连衣裤往上推向其背部到双肩部。母亲右手拉着袖口，左手拉着新生儿肘关节部，将婴儿左手臂从衣袖中拉出，右臂脱法相同。然后一只手托住新生儿颈、肩部，另一只手托住新生儿臀部，将他放到干净的衣服上。

·脱套头汗衫 可把衣服袖口向头部卷起成圈状，而后轻轻地把手臂拉出来，再把汗衫的领口张开，小心地通过他的头，以免擦伤脸部皮肤。

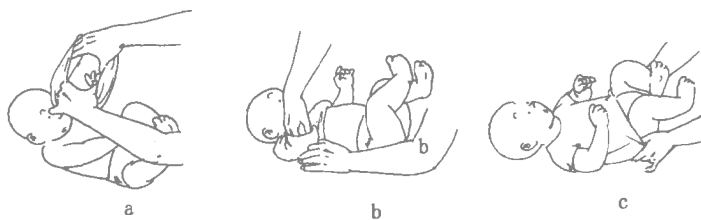


(2) 穿衣服：

• 穿连衣裤 把连衣裤展开，平放在床上，抱起新生儿并把他放在连衣裤上面。把右袖子卷成圈形，通过新生儿的拳头，母亲用一只手伸进衣服袖笼里，抓住新生儿手臂，另一只手拉住衣服前襟，将新生儿手臂拉出。两臂穿法相同。穿衣时应注意不要用力过度，避免发生牵拉肘。将新生儿的右腿伸进连衣裤底部，另一腿穿法相同。



• 穿套头汗衫 将新生儿的头部稍抬高，汗衫的颈部套过新生儿的头，把右衣袖口弄成圈卷，轻轻地将新生儿的手臂穿过去。两侧穿法相同。



2. 如何为新生儿更换尿布

(1) 棉尿布的更换：

• 新生儿的尿布一旦湿了或沾了粪便应立即更换。将新生儿放在毛巾上 旁边准备好叠好的干净尿布。打开襁褓的下方 从下面拉开尿布，查看有无大便排出。如有，应用手把婴儿的双腿提