

YENİDOĞAN BAKIMI

**BUÜ AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI
ONLINE INTERN SEMİNERİ MAYIS 2023
Hazırlayan: Araş. Gör. Dr. Elif Aycan TAŞKIN**

Sunum Planı

- Giriş
- Göz bakımı
- Göbek bakımı
- Ağız bakımı
- Cilt bakımı
- Beslenme
- Giyinme
- Uyku
- Ortam koşulları



GİRİŞ

- Doğumdan sonraki ilk 4 haftaya (0- 28gün) “yenidoğan dönemi” denir.



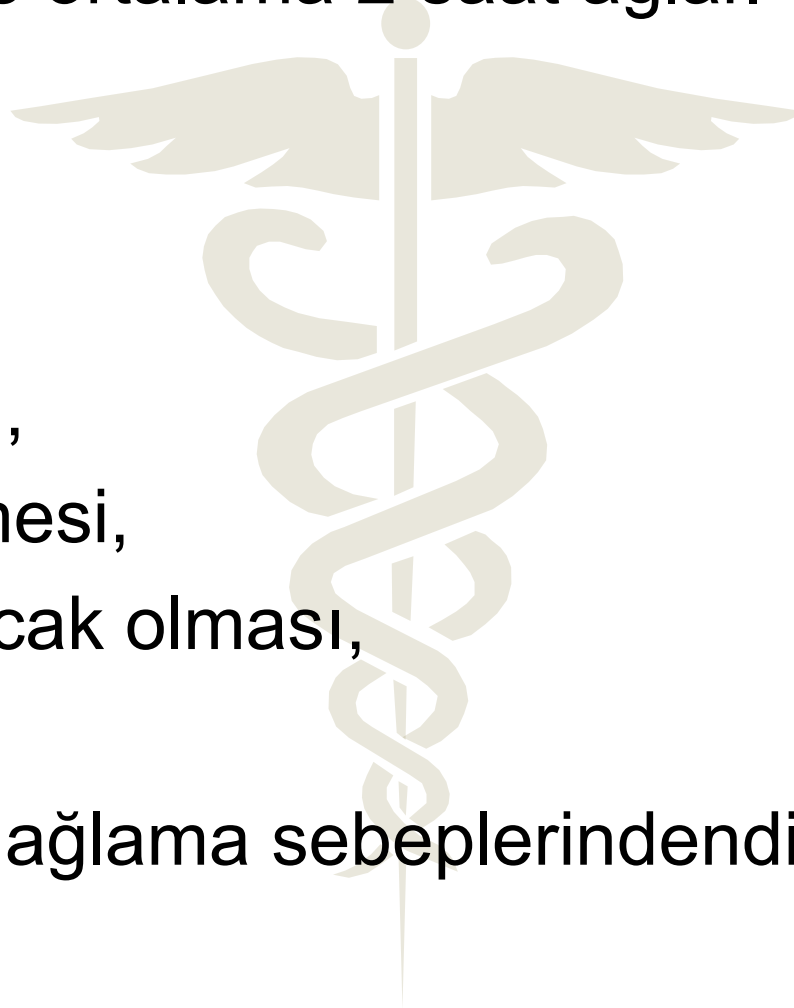
Yenidoğan neden ağlar?



Yenidoğan neden ağlar?

Bütün bebekler günde ortalama 2 saat ağlar.

- Açlık,
- Uykusuzluk,
- Fiziksel ağrı,
- Altının ıslak olması,
- Üstünün değiştirilmesi,
- Çok soğuk veya sıcak olması,
- Kolik ağrısı,
- Kucaklanma isteği ağlama sebeplerindedir.



1. Göz Bakımı

Doğumda göz bakımı ve profilaksi uygulaması;

- 1) Bebek doğduktan sonra, vakit kaybetmeden, göz çevresi ve göz kapakları steril su veya SF ile ıslatılmış pamukla dıştan içe doğru silinir.
- 2) Göz kapakları hafifçe açılır ve konjunktivaya, **eritromisin %0.5** veya **%2.5 luk povidone iodine** veya **azitromisin** göz damlası uygulanır ve bu işlem sonrası kapak serbest bırakılarak damlanın tüm konjunktivaya yayılması sağlanır.
- 3) Uygulama doğum sonrası ilk saat içinde yapılmalıdır.

1. Göz Bakımı

Göz enfeksiyonu bakımı:

- 1) Eller su ve sabunla yıkanır.
- 2) Temiz yumuşak bir tülbent veya steril gazlı bez, kaynamış, soğutulmuş su veya serum fizyolojikle ıslatılır.
- 3) Bu tampon kullanılarak, fazla bastırılmadan, göz kapakları dıştan içe doğru silinir. Çapak temizleninceye kadar işlem tekrar edilir. Enfeksiyonun bir gözden diğerine yayılmasını önlemek için her bir göze ayrı bir tercihan steril gazlı bez veya tülbent kullanılmalıdır.
- 4) Hekimce önerilen antibiyotikli göz merhemi/antibiyotikli damla 3-4 kez/gün göz kapaklarının içine uygulanır.
- 5) Eller tekrar yıkanır.



2. Göbek Bakımı

- Göbek kordonunun nekrotik dokusu bakterilerin üremesi için çok uygun bir ortamdır.
- Nekrotik dokuda oluşan bakteri kolonizasyonu göbek venlerine oldukça yakındır.
- Göbek bakımında amaç kordonun kurumaması ve enfeksiyona zemin hazırlamayacak şekilde nemsiz tutulmasıdır.
- Sağlıklı bebeklerde göbek düşene kadar herhangi bir şeyle silinmeden kuru tutulması önerilir.

2. Göbek Bakımı

- Yenidoğanda göbek kordonu **7-14 günler** arasında kuruyarak düşer. Göbek düşene kadar günde 3 kez %70 alkol ile bakım yapılabilir.
- Göbek silindikten sonra üzeri açık bırakılmalı ve **gazlı bez sarılmamalıdır.**
- Kordonun bebek bezi ile örtülü olmaması ve gerekirse bez kendi üzerine katlanarak **göbeğin açıkta kalması sağlanmalıdır.**



2. Göbek Bakımı

- Göbek bağı normalde 7-14 günde düşer.
 - Bu sürede bebek göbek ıslatılmadan yıkanabilir ya da silinebilir.
 - Göbekte **kızarıklık, akıntı, kanama, şişlik ve hassasiyet, pis koku** olduğunda, anne bebeği doktora götürmesi gerektiği konusunda bilgilendirilir.

3. Ağız Bakımı



- Ağızdan beslenebilen, dil ve ağız mukozası temiz görünen bebeklerde ayrıca ağız bakımı yapılmasına gerek yoktur.
- Ağızda süt artığı kalan bebeklerde de ağızda mantar plakları oluşabilir.

3. Ağız Bakımı

- Ağız bakımı gereken bebeklerde bakım sırasında steril serum fizyolojik veya kaynatılıp ılıtılmış su ile ıslatılan gazlı bez ya da ağız bakımı için geliştirilmiş özel setler kullanılabilir.
 - İşlem öncesinde ve sonrasında eller su ve sabunla iyice yıkanır.
 - Kaynatılıp ılıtılmış **bir çay bardağı suya bir çay kaşığı soda karbonatı** konularak solüsyon hazırlanır.
 - İşaret parmağına sarılmış gazlı bez bu solüsyona batırıldıktan sonra tüm ağız kapsayacak şekilde yumuşak hareketlerle temizlik işlemi yapılır.
 - Her işlemde farklı gaz tampon bez (gazlı bez) kullanılmalıdır.

**“Karbonat fazla kullanılır ve
yutulursa bebeğe zararı var
mıdır?”**



“Karbonat fazla kullanılır ve yutulursa bebeğe zararı var mıdır?”

- Karbonat, bazik özelliği nedeniyle, bebeğin mide asitinin pH değerini doğal olarak değiştirir.
- Bebeğin sisteminde pH dengesinin değişmesi, bazik durumun artmasına ve bebek sancısının (koliğin) kötüleşmesine neden olabilir.
- Sodyum bikarbonat **folik asitle ve demirle etkileşime girerek**, bu iki besin maddesinin fonksiyonlarını veya emilimini etkiler.
- Sodyum bikarbonat fazla miktarda yutulursa bebekte **elektrolit dengesini bozabilir** ve buda ciddi problemlere yol açabilir.

4. Cilt Bakımı

- Yenidoğanlarda yetişkinlere göre **daha kuru ve nemi tutma kapasitesi daha az ve daha ince** olduğu için bebekler enfeksiyonlara ve toksinlere karşı daha duyarlıdır.
- Sıvı-elektrolit dengesinin sağlanmasında da mekanik bir bariyer görevi yapan ***stratum korneumun* ince** olması yenidoğanlarda deri yoluyla çok **daha fazla su ve ısı kaybına neden olur, dehidratasyon daha kolay gelişir.**



4. Cilt Bakımı

- Yenidoğanda deri pH'sı ortalama 6.4 civarındadır ve bu değerin, derinin normal asidik pH'sı olan 4.9'a gelmesi 4 günlük bir süre alabilir.
- Banyo ve diğer cilt bakımı uygulamaları pH'yı değiştirir.
- Alkali bir sabunla yapılan banyodan sonra deri pH'sının normale dönmesi yaklaşık 1 saat sürebilir.

Yenidoğanın ilk banyosu ne zaman olmalı?



İlk banyo

- Evde yapılması gereken bebeğin cildini temiz ve nemli tutmaktır.
- Göbek kordonunun ıslanması göbeğin düşmesini geciktirip, göbek enfeksiyonu (omfalit) gelişmesini kolaylaştıracağı için evdeki **ilk banyo göbek kordonu kuruyup düştükten bir gün sonra yapılmalıdır.**

1. Silme Banyo

- Göbek düşene kadar, cilt temizliğini sağlamak için, bebek her gün ılık su ve pamuklu yumuşak bez veya havlu ile göbeği korunarak silinebilir.
- **Bebek çıplak olarak bir havluyla sarılır.** Silme işlemine yüzden başlanır. Tüm vücut dikkatlice, yumuşak hareketlerle kurulur.



2. Kvet Banyosu

- Oda mutlaka önceden ısıtılmış olmalıdır.
- Özel bebek banyo küvetinin veya bebeğe özel uygun boyutta plastik leğenin altına havlu veya köpük yastık yerleştirilir.
- Kvete 7-8 cm ılık su konur.
- Banyo suyunun vücut ısısında (35-37°C) olması gerekir.
- Önkolun i yüzüne su dökülerek dikkatli bir şekilde kontrol edilmeli, bebekte yanık oluşması önlenmelidir.

2. Kvet Banyosu



- Yenidoğan döneminde banyo için Őampuan veya sabun kullanılması gerekmez.
- Sabun veya Őampuan kullanılması durumunda iyice durulanmasına dikkat edilmelidir. Sabun artıkları kalırsa bebeğin cildini tahriş edebilir.

2. Kvet Banyosu

- Sıcak mevsimlerde **günaşırı veya her gün** banyo yaptırılabilir. Sık banyo bebeğın cildinin kurummasına neden olur.
- Soğuk hava cildin kurummasını daha da artıracacağı için, kışın daha az sıklıkla (**en az haftada iki kez**) banyo yaptırılmalıdır.

3. Banyo Sonrası Bakım

- Banyo sonrası saçlar ve tüm vücut, koltuk altları, kasıklar, boyun ve kulak arkası gibi kıvrım yerlerine dikkat edilerek iyice kurulanmalıdır.
- Banyo sonrası bebeğin cildi kuru değilse ayrıca cilt bakımı gerekmez. Cilt kuru ise oluşturup su kaybını önleyen yumuşatıcı veya su vererek cildi nemli tutan nemlendirici bir krem kullanılabilir. Bu amaçla kullanılan en uygun preparatlar **vazelin esaslı nemlendirici ve yumuşatıcılardır.**
- Yağlı pomatlar (merhemler) ve yağlar, özellikle kalın bir tabaka şeklinde sürülürse cilt gözeneklerini tıkayıp terlemeyi önleyeceği ve isiliğe neden olacağı için kullanılmamalıdır.

Konak Bakımı

- Bebeklerin başında aşırı miktarda üretilen yağsı maddelerin birikimi sonucu, kuru cilt kabukları halinde, saçlı deriyi kaplayan beyaz ya da sarımsı-kahverengi tabaka oluşur.
- Yumuşak tutulduğu ve zorlanarak taranmadığı sürece bebeğe acı vermez.



Konak Bakımı

- İyi bir bakım konak probleminin tedaviye gerek kalmadan kaybolmasını sağlar.
- 1. Her gün banyodan önce bebe yağı veya saf sızma zeytinyağı ile masaj yapılarak konakların yumuşatılması,
- 2. Bebek şampuanı ile yıkanması ve bebek tarağı veya fırça ile yumuşak hareketlerle saçın taranması yeterli olur.

Diaper dermatid (pişik) bakımı

- Diaper dermatit; idrar ve gaitanın temas ettiği perine, kasık, uyluk, kalça ve anal bölgede oluşur.
- Islaklık ve maserasyon deriyi daha geçirgen ve travmaya daha duyarlı hale getirir.
- Bu zeminde bazen bakteri ve mantarlar ikincil enfeksiyonlara neden olabilirler.

Diaper dermatid (pişik) bakımı

- Anne sütü ile beslenen bebeklerin gaitaları mama ile beslenenlere göre daha asidik olduğundan daha az diaper dermatit görülür.
- Diaper dermatitin tedavisinde **amaç cilt ıslaklığının azaltılması, idrar ve gaitanın cilt ile temasının en aza indirilmesi ve enfeksiyon etkenlerinin ortadan kaldırılmasına yönelik olmalıdır.**

Diaper dermatid (pişik) bakımı

- Cilt ıslaklığının azaltılması için **emicilik oranı yüksek hazır bezler** kullanılmalıdır.
- **Bezlerin sık değiştirilmesi**, her kaka ve idrar sonrası bekletilmeden, hemen değiştirilmesi, anogenital bölge su ile yıkandıktan veya silindikten sonra yumuşak bir biçimde silinerek kurulanması yararlı olur.
- Hava almayı engelleyecek kadar sıkı sarılan bezler; idrar ve gaitanın deri ile daha fazla temas etmesine neden olacağından sıkı bağlanmamalıdır.
- İdrar ve gaita ile teması azaltmak için cilde **çinko oksitli preparatlar** sürülebilir.

Diaper dermatid (pişik) bakımı

- Bebek altı temizliğinde kullanılan **hazır ıslak havlular** iritasyonu artıracakları için önerilmez.
- **Pudra**; bakteri ve mantarlar için uygun bir tabaka oluşturabileceğinden, ayrıca solunum yolları için zararlı olabileceğinden **önerilmemektedir**.
- Diaper dermatit bakterilerden kaynaklanmadığı sürece **antibiyotikli merhemlerin kullanımı uygun değildir**.

Diaper dermatid (pişik) bakımı

- Yenidoğanlarda topikal ilaç kullanımı sırasında özellikle **pomat** formundaki preparatlar, bez bölgesine veya lezyon alanlarına sürüldüklerinde sistemik emilimlerinin çok fazla olacağı akılda tutulmalıdır.
- Eğer kandida enfeksiyonu söz konusuysa **antimikotik** kremler kullanılmalıdır. Bebeğin altı açık bırakılarak havalandırılmalıdır.

5. Beslenme

- Bebeğe anne sütü dışında bir sıvı veya besin verilmemesine zen gösterilmelidir.



**Yenidoğan ne sıklıkta
emzirilmeli?**



Yenidoğan ne sıklıkta emzirilmeli?

- Doğar doğmaz ilk saatte başlanmalı
- Her istediğinde emzirilmeli
- Günlük sekiz emmenin altına düşülmemeli
- Dört saatten daha fazla aç bırakılmamalı
- İlk 6 ay sadece anne sütü verilmeli
- 1-2 yaşına dek anne sütüne devam edilmeli

5. Beslenme

- Yenidoğan güçlü ememeyebilir ve çabuk yoruldukları için sık sık emmeye ara verebilirler. Anneye, bu sırada bebeği memeden hemen ayırmaması, arada uyararak uzun süreli emzirme ile yeterli beslenmeyi sağlayabileceği anlatılmalıdır.
- Bebek abuk yoruluyor, anneyi yeterli ememiyorsa, emzirme sonrasında anne sütü sağılarak bebeğe verilebilir.
- **Biberon mümkün olabildiğince kullanılmamalı**, kap veya kaşık ile beslenme sağlanmalıdır.
- Bebeğin emmesi gclendike emme sonrası aldığı miktar azalarak, tartı alımı yeterli hale gelince sadece emerek beslenebilir.

**Bebeğim her emzirmeden sonra
az miktarda kusuyor, normal mi?**



Her emzirmeden sonra az miktarda kusuyor, bu normal mi?

3 aydan küçük bebeklerin %80'i günde en az bir kere kusar.

- Sessiz ve sakin bir ortamda acele etmeden emzirme,
- Emzirme sonrası gaz çıkarma,
- Biberonla beslenenlerde emzik deliğini ayarlama
- Beslenme sonrası sert oyunlar oynamama
- Yatağın başının biraz yükseltilmesi (reflü yatağı)

5. Beslenme

- Anne sütünün bebeğe yetmediği düşünülüyorsa, bebeğin tartı artışları yakından (gerekirse günlük, haftalık) izlenmeli, anneye sütünü artırıcı öneriler verilmelidir.
- Mama başlanmadan önce mutlaka doktora danışılması gerekir.

5. Beslenme

Sütün Yetmediğinin Göstergeleri...

- Günde 6'dan az idrar yapma,
- 3-4'den az sarı renkli gaita yapma,
- Günde 8'den az meme emmesi,
- Devamlı meme emme isteği,
- Yutma sesinin duyulmaması,
- 5'inci günde sütün gelmemesi,
- 4-6 saatten fazla uyuma,
- Doğum kilosuna 10'uncu günde ulaşmama,
- Meme uçlarında ağrı,
- Günde 15-30 gramdan az ağırlık artışı...

6. Giyinme

- Bebek giysilerinin, örtü ve battaniyelerinin yumuşak, pamuklu, tüy, toz çıkarmayan kumaşlardan hazırlanması önemlidir.
- Bebeğe kıyafet alınırken kolay giydirilip çıkarılabilen, çıtçıtı, ayak kısımları patikli, önden iliklenen giysiler seçilmesine dikkat edilmelidir.
- Bebeğin cildini tahriş edecek nakış, etiket vb. varsa çıkarılmalı, üzerine çengelli iğne, nazar boncuğu gibi zarar verebilecek cisimler takılmamalıdır.

6. Giyinme

- Tüm giysiler giydirilmeden önce sabun veya sabun tozu ile ve bol suyla yıkanıp, **ütülenmelidir.**
- Bebek mevsimine uygun, üşümeyecek ve terlemeyecek kalınlıktaki giysilerle, kollarını ve bacaklarını rahat hareket ettirebilecek şekilde giydirilmelidir. Böyle giydirildiğinde bebek daha rahat uyuyabilir.



**Yenidoğanın kundak yapılarak uyutulması
hakkında ne düşünöyorsunuz?**



6. Giyinme

- Bebeğe **kundak yapılması** veya kıyafetlerinin üzerinden olsa bile bacaklarının sıkı sarılması **kalça çıkıklığına** neden olabilir.



7. Uyku

- **Ani bebek ölümlerinin** en önemli nedeni bebeği yanlış pozisyonda yatırmak ve bebeğin ebeveynle birlikte aynı yatakta uyumasıdır.
- Ani bebek ölümü sendromu en çok yüzükoyun yatan bebeklerde tanımlandığı için, Amerikan Pediatri Akademisi ani bebek ölüm riskini azaltmak için ilk aylarda bebeğin **yalnızca sırt üstü** yatırılmasını (yüzüstü ve yan yatırılmamasını) önermektedir.

- Ebeveyn gözetiminde, uyanık haldeyken yüzüstü pozisyonda bebeğin kas gelişimi desteklenebilir.



7. Uyku

- Bebeğin yatağının yumuşak olmaması,
- Yatak içinde yumuşak battaniye, oyuncak ve benzeri bulundurulmaması,
- Yatak içinde farklı bebek pozisyonlayıcıları ve yastık kullanılmaması,
- Bebeğin yattığı odanın aşırı sıcak olmasının önlenmesi,
- Sigara içilmemesi ve
- Bebeğe annenin aynı odada ancak farklı yataklarda yatması sağlanmalıdır.

7. Uyku

- Bebek için en güvenli yer kendi yatağıdır.
- Aynı yatakta uyuma, ebeveynin çocuğu kazara boğma olasılığını arttırmaktadır. Ayrıca, ebeveynin yatağında daha çok yastık, çarşaf ve battaniye olması da tehlikeyi arttıran bir diğer nedendir.



8. Ortam Koşulları

- Bebeğin güneş gören, sık havalandırılan ve mümkün olduğu kadar az eşya bulunan bir odada tutulması önemlidir.
- Bebeğin giysilerini değiştirme, alt değiştirme, banyo gibi işlemlerden önce tüm malzemeler hazırlanmalı, ortam ısısı mümkünse birkaç derece artırılmalı ve işlem bebek üşütülmeden kısa sürede tamamlanmalıdır.

8. Ortam Koşulları

- Oda ısısının **22-24 C** olması (prematürelere için 24-26 °C)
- Nem oranının **%55-60** olması
- Hava akımı olmaması
- Başlık giydirilmesi
- Yatağın soğuk duvar, pencere yanına konmaması
- Kıyafetlerinin oda sıcaklığında ısıtılarak giydirilmesi
- ❑ Bebeğin yüzünün kızarması vücut ısısının yükseldiğini, soluk yada morumsu olası ise vücut ısısının düştüğünü gösterir.

ACİL DURUMLAR

- Bebek 6-7 saat uyanmazsa
- Hareketlerinde azalma varsa,
- Emzirme güçlüğü çekiliyorsa, morarırorsa,
- Bezinin dışına kadar taşan sıvı tarzında dışkılama (günde 3-4 defa) oluyorsa,
- Üst üste fışkırır tarzda kusuyorsa,
- Göbeğinde akıntı veya kanama oluyorsa,
- Göbek bağı 15 gününü geçmesine rağmen halen düşmediyse,
- Vücut ısı (koltuk altı) 37.5°C 'nin üzerindeyse (fazla ısınmış olabilir, önce üzeri açılmalı, 15 dakika beklenmeli ve sonra derece ile ölçüm yapılmalı)

KAYNAKLAR

- T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Temel Yenidoğan Bakımı Kılavuzu
- Türk Neonatoloji Derneği 2022 Kılavuzu
- Türkiye Milli Pediatri Derneği Sosyal Pediatri Kılavuzu



TEŞEKKÜRLER...