Arabic

كتيب الطفل الخديج للآباء Tiny Baby Parent Handbook

مستشفى سيوري ميموريال وحدة الرعاية المركزة لحديثي الولادة



"الطفل الخديج" هو إما:

- رضيع ولد قبل أن تُكمل الحامل 28 أسبوعًا من حملها
 - رضيع ولد بوزن يقل عن 1000 غرام



جدول المحتويات Table of Contents

1	ماذًا قال بعض من أباء الأطفال الخدج عن رحلتهم
7	كيف تشارك في رعاية طفك الخديج
9	المزيد من أعضاء فريق رعاية طفلك الخديج
	الأنابيب والأسلاك المتصلة بطفلك الخديج
	الأطفال المتصلون بأتبوب تنفس الأطفال المتصلون بجهاز CPAP
16	الأجهزة الموجودة في غرفة رضيعك الخديج
19	يوم في حياة طفلك الخديج داخل قسم NICU
21	ماذا تتوقع خلال أول أسبوعين في حياة طفلك الخديج
23	اصطحاب طفلك الخديج إلى المنزل
24	كلمات يجب معرفتها

تهانينا على طفلك الخديج الجديد! نحن نتفهم أنك ربما تمرين حاليًا بفترة مُجهدة أنت وعائلتك. ونأمل أن يساعدك هذا الكتيب في التعرف على ما ينتظركم في هذه الرحلة في قسم NICU (النطق nick-you).

نحن هنا لمساعدة رضيعك ومساعدتكم. ويسعدنا الإجابة عن أي أسئلة. معًا، نتعاون لتلبية احتياجات رضيعك، وستتأكدون بأنفسكم من ذلك.

ماذا قال بعض من آباء الأطفال الخدج عن رحلتهم

What some tiny baby parents said about their journey نحن ممتنون لعائلات كاندو لاس، وتشاندس، وشيمس، وليش لمشاركة قصصهم. وهذه هي كلماتهم الخاصة.

عائلة كاندولاس The Kandolas

ولد أنجاد سينغ كاندولا بعد 28 أسبوع حمل، ووزن 660 غراما فقط. وقضى 112 يومًا في وحدات الرعاية المركزة لحديثي الولادة (NICU) في مستشفى سيوري ميموريال ومستشفى بريتيش كولومبيا للأطفال. وقد تغلب على كل الصعاب وصحبناه للمنزل.

عانيت حالة حادة من IUGR (تخلف النمو داخل الرحم) وخضعت لعملية قيصرية طارئة. لم نكن مستعدين لوصول ابننا المبكر.

وشهدت رحلتنا في قسم NICU الكثير من التقلبات. ولكن يجب أن تتحلوا بالصبر طوال الرحلة. فقد ساعدنا الصبر والروح الإيجابية على التحلي بالقوة وقد خاض بطلنا الصغير أنجاد هذه المعركة وفاز فيها.

وشكرًا لكل فرد في عائلة NICU للاعتناء برضيعنا وللوقوف بجانبنا دائمًا طوال هذه الرحلة.

عائلة تشاندس The Chands

ولد توأم بناتنا بعد 27 أسبوع حمل. وكان وزن الرضيعة أ 870 غراما ووزن الرضيعة أ 870 غراما ووزن الرضيعة ب 1020 غراما. ومكثا في قسم NICU لمدة 12 أسبوعًا. وقد كانت هذه الرحلة مليئة بالأفراح والأحزان.

كوالدة، يملؤك الشعور بالخوف وكل ما تريدين هو أن يكون طفلك بصحة وأمان. عندما رأيت توأمنا حديث الولادة في قسم NICU، أذكر أنني شعرت بالعجز. ولكن التواجد والمشاركة يشكلا اختلافًا كبيرًا في مستوى التقدم الطبي والنمو لطفاتيك.



لقد كان الأخصائيون الطبيون متاحين دومًا للإجابة عن أي من أسئلتي على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع ويتيح لنا الاختصاصي طرح الأسئلة أثناء الجولات الصباحية. ولا توجد أسئلة "تافهة" عندما يتعلق الأمر بصحة رضيعنا والاعتناء به. سواء كانت بخصوص إجراء ما، أو مصطلح يتم استخدامه، أو القراءات على الشاشة، أو العلاج الطبيعي، أو التغذية، أو غير ذلك، أنت المدافع عن طفلك.

كان الكل متواجدًا لتقديم المساعدة حقًا وأصبحوا كأفراد العائلة بمرور الوقت! ولا شك أن الوقت الذي تقضيه في قسم NICU بصحبة رضيعك سيشكل جزءًا من حياتك إلى الأبد.



عائلة شيمس The Shims

بعد 55 يومًا من الدخول إلى قسم ما قبل الولادة في وحدة الولادة العائلية، ولدت أنجا بعد 26 أسبوع و 5 أيام حمل. وكان وزنها 820 غراما وطولها 31.5 سم. وقضينا 141 يومًا في قسم NICU في مستشفى سيوري ميموريال، وكانت حقًا واحدة من أصعب الفترات التي مرت علينا في حياتنا بينما نحاول الموازنة بين بنتنا الخديجة، وترك طفلنا بعمر 3 سنوات في المنزل، وجائحة عالمية.

عندما قدمنا إلى قسم NICU لأول مرة، لم تكن لدينا أي فكرة عن معالم الطريق حولنا أو كيف سيكون مسار رحلتنا. تلقينا الكثير من الدعم من جانب طاقم العمل في قسم NICU وغيرنا من آباء الأطفال الخدج، ورافقونا خطوة بخطوة في رحلتنا الصعبة. لقد واجهتنا الصعاب في كل اختبار، وكل تجربة، وكل دمعة، وكان الخروج من الأبواب كل يوم مأساة حقيقية.



دأبنا على تذكير أنفسنا بأننا في سباق، ولا بد من التقدم خطوة تلو الأخرى والاحتفال بكل إنجاز.

ورغم أننا ما زلنا نشتاق لطاقم العمل في NICU الذي لم يكتفي بإنقاذ حياة أنجا فحسب، ولكنه اعتنى بها جيدًا، ولكننا سعداء للغاية بالتواجد في المنزل برفقة عائلتنا المكونة من 4 أفراد.



عائلة ليش The Lieschs

ولد جودا (أصغر أطفالنا) بعد 25 أسبوع و5 أيام حمل، في 15 يوليو/تموز عام 2016.

سال ماء الرحم عند الأسبوع 19 بعدما مررت بفترة حمل صعبة، وقضيت 3 أسابيع في قسم NICU في كل من مستشفى سيوري ميموريال ومستشفى بريتيش كولومبيا للأطفال قبل أن يتمكن من العودة معنا إلى المنزل.

يعيش جودا الآن بصحة وسعادة، ابننا الصغير ينمو جيدًا.



كيف تشارك في رعاية طفك الخديج How to take part in your tiny baby's care

يحصل الرضع على أفضل رعاية عندما نعمل بالتعاون معًا. فأنت أهم شخص في حياة رضيعك وتمثلين جزءًا مهمًا من فريق الاعتناء برضيعك. ويمكننا دعمك للمشاركة بأكبر قدر ممكن في عملية الاعتناء برضيعك.

قد يكون قسم NICU مزدحمًا وصاخبًا. وقد يتغير الأفراد في فريق الاعتناء برضيعك كل يوم. وربما يتسبب كل هذا في إزعاج رضيعك الخديج. ولكن الأباء يمكنهم التخفيف من انزعاج الرضيع. فأنت الشخص الملاصق لطفلك وأفضل مصدر للحب والراحة.

نحن نرحب بك في قسم NICU طوال اليوم على مدار الأسبوع. ونأمل أن نراك في قسم NICU أطول وقت ممكن. فنحن نقدم لرضيعك أفضل رعاية ممكنة، ولكن الرضيع يعلم عندما تكونين متواجدة. والرضيع يعرف صوتك ورائحتك وملمسك. ورعاية الوالدة خاصة للغاية، فهي وحدها من تقدمها. وكل هذه الأشياء تساعد رضيعك على أن ينمو ويكبر:

- صوتك - حليبك

- رائحتك - حبك

- لمستك

هناك الكثير من المزايا التي تتحقق بتواجد الآباء ومشاركتهم في عملية الرعاية برضيعهم. ومن تلك المزايا أن الآباء والرضع يبنون روابط أقوى ويتعرف الرضع على حب آبائهم ويشعرون به. ولذلك نجد أن أفضل شيء هو التواجد والمشاركة في أقرب وقت ممكن بعد الولادة وبأكبر قدر ممكن.

ولا ننسى أن الذكريات التي نصنعها في قسم NICU تظل معنا للأبد. نحن نتطلع قدمًا إلى المشاركة في هذه الرحلة برفقة رضيعك ورفقتك. إن الحصول على الرعاية الطبية في قسم NICU قد يكون أمرًا مزعجًا لرضيعك. ونحن يمكننا تقديم الدعم للرضيع ولكن الرضيع يعرف أننا لسنا والديه. ورضيعك بحاجة إليك لإشعاره بالراحة ويريد منك ذلك.

ونحن يمكن أن نريك كيف تحضنين رضيعك بأمان حتى تشعريه بالراحة بينما يحصل على الرعاية الطبية. وقد تشمل الرعاية الطبية أي من الأنشطة التالية:

- أوقات التعامل مع رضيعك عندما تعتني به الممرضة، مثل الإطعام أو تغيير الحفاظات.
 - تغيير قناع التنفس أو أنابيب التنفس الأنفية في ماكينة التنفس الخاصة بالرضيع.
 - الشفط بأنبوب رفيع لإزالة المخاط من فم الرضيع أو رئتيه.
 - وضع أنبوب تغذية لتوصيل العناصر الغذائية إلى رضيعك.
 - تركيب أنبوب وريدي (intravenous)، النطق intravenous، يسمى كذلك "IV") لتوصيل السوائل أو الأدوية أو التغذية إلى رضيعك.
 - أخذ الدم من كعب رضيعك لإجراء فحوص الدم.
 - فحص مخ رضيعك أو قلبه باستخدام ماكينة موجات فوق صوتية.

من الطبيعي أن يكون لديك الكثير من الأسئلة. اطرحي علينا الأسئلة وأخبرينا عندما تحتاجين إلى المساعدة.

المزيد من أعضاء فريق رعاية طفلك الخديج More members of your tiny baby's care team

يتعاون العديد من الأشخاص معًا ليكونوا جزءًا من فريق الاعتناء برضيعك الخديج في قسم NICU. ويمكنك قراءة هذه القائمة لمعرفة كيف نقدم المساعدة إلى رضيعك الخديج.

نحن نتعاون معك لتلبية احتياجات رضيعك. ولا يمكننا القيام بذلك دون تواجدك.

أشكر الظروف التي جعلتني أتواجد خلال الجولات اليومية. فحالة طفلي واجهت الكثير من التقلبات. وكان جيدًا للغاية أن أكون جزءًا من جولات كل يوم حتى أتمكن من طرح أي أسئلة ترد على بالي.

والدة رضيع خديج ولد بعد 26 أسبوع حمل

فيما يلى بعض من أعضاء فريق رعاية رضيعك الخديج:

Here are some members of your tiny baby's care team

مساعد سريري (يسمى كذلك "Clinical Associate ("CA")
و هو اختصاصي طب أطفال (pediatrician النطق -pee-dee-a-trish ويسمى أيضًا "طبيب أطفال"). ويعمل بالتعاون مع طبيب حديثي الولادة لتقديم الرعاية لطفلك.

مستشار الرضاعة (يسمى أيضًا "Lactation Consultant ("LC" و هو مقدم رعاية صحية حصل على تدريب خاص في الرضاعة الطبيعية أو رضاعة الثدي. ويمكنه التحدث معك حول كيف يمكنك زيادة مخزون الحليب وكيفية استخدام مضخة الثدي. أخصائي علاج بالموسيقي Music Therapist

يكون عضو فريق الرعاية هذا خبيرًا في استخدام الموسيقى لتقليل انزعاج الرضيع ومعدل نبضه. في قسم NICU، يمكن لك ولرضيعك العمل مع أخصائي العلاج بالموسيقى عندما يكون الرضيع مستعدًا.

إن العلاج بالموسيقى طريقة رائعة لإقامة الروابط بينك وبين طفلك. فالدندنة وغناء قصائد أو أغانى الأطفال المفضلة من شأنها مساعدة رضيعك ومساعدتك.

heonatologist) النطق Neonatologist النطق Neonatologist طبيب حديثي الولادة يسمى أيضًا "Neonatologist"

مساعد قسم NICU Aide NICU

أحد أعضاء فريق الرعاية الذي يساعدنا على العمل بأمان. فهو ينظف الأجهزة ويتحقق من توفر اللوازم التي نحتاج إليها.

أخصائي علاج مهني (Occupational النطق Occupational) النطق (awk-you-pay-shun-null النطق (يسمي أيضًا "Occupational Therapist ("OT")

وهو أخصائي علاج حاصل على تدريب خاص في كيفية نمو الرضع وتطورهم. في قسم NICU، يعلمك طرقًا مختلفة لمساعدة رضيعك على النمو. وبصفته جزءًا من فريق التغذية، فهو يدعم رضيعك ويدعمك لتعلم الطرق المختلفة للنجاح في إطعام رضيعك.

مدرب الوالدين Parent Mentors

يكون عضو فريق الرعاية هذا من المتطوعين. وقد كان رضيعه فيما مضى في قسم NICU. ويقوم مدرب الوالدين بدعم الوالدين من خلال مشاركة قصته والاستماع إلى قصتكم.

منسق رعاية المرضى (Patient Care Coordinator يسمى أيضًا "PCC" أو "مسؤول تمريض") Patient Care Coordinator وهو ممرض مسجل. ويعمل على تنسيق الرعاية المقدمة في قسم NICU. ويساعد أعضاء فريق الاعتناء برضيعك في الحصول على المعلومات التي يحتاجون إليها لرعاية رضيعك. وندعوك إلى التحدث إلى مسؤول التمريض. ويمكنك طرح الأسئلة عليه ومشاركة أي مخاوف بشأن رعاية رضيعك معه.

أخصائي العلاج الطبيعي (Physiotherapist النطق Fhysiotherapist ("PT") يسمى أيضًا "Physiotherapist وهو أخصائي علاج حاصل على تدريب خاص حول المخ والجسم. وفي قسم وهو أخصائي علاج حاصل على تدريب خاص حول المخ والجسم. وفي النمو NICU، يعلمك كيف تساعد مخ رضيعك وعضلاته ومفاصله ورئتيه على النمو والنطور. كما يساعدك أيضًا في الاستعداد لاصطحاب رضيعك إلى المنزل.

النطق (di-yet-tish-shun النطق Dietitian) الختصاصي نظم غذائية مسجل Registered Dietitian

وهو مقدم رعاية صحية حاصل على تدريب خاص في اختيار الأطعمة والسوائل الصحيحة التي تلائم الاحتياجات الصحية لكل رضيع. ويتحقق من أن الرضع يحصلون على العناصر الغذائية التي يحتاجون إليها لمساعدتهم على النمو بصورة جيدة قدر الإمكان.

ممرض مسجل (يسمى أيضًا "RN") Registered Nurse وهذا الممرض حاصل على تدريب إضافي لتقديم الرعاية الخاصة التي يحتاجها رضيعك في قسم NICU. وهو يعتني برضيع واحد إلى ثلاثة رضع كل يوم.

صيدلاني مسجل Registered Pharmacist

ويكون مقدم الرعاية الصحية هذا خبيرًا في الأدوية والصحة. ويمكنه الإجابة عن الأسئلة بخصوص الأدوية التي تحصلين عليها أنت ورضيعك. فيمكنه الإجابة عن الأسئلة التالية وغيرها:

- فيما تُستخدم تلك الأدوية؟
- هل هناك آثار جانبية لها؟
- هل من الملائم استمرار الرضاعة الطبيعية أو رضاعة الثدي أثناء تناول الأدوية؟

ويكون الصيدلاني متاحًا يوميًا في قسم NICU. ويعمل بالتعاون مع فريق الاعتناء برضيعك للتأكد من أن رضيعك يحصل على الأدوية والعناصر الغذائية التي يحتاج إليها.

أخصائي العلاج التنفسي (Respiratory) النطق Respiratory) (يسمى أيضنًا "Respiratory Therapist ("RT")

وهو أخصائي علاج حاصل على تدريب خاص حول الجهاز التنفسي وعلاج مشاكل التنفس. وفي قسم NICU، يساعد الرضع خلال عملية التنفس وماكينات التنفس.

أخصائي اجتماعي Social Worker

وهو مقدم رعاية صحية حاصل على تدريب خاص لدعمك ودعم عائلتك أثناء الفترات الصعبة. وفي قسم NICU، يقابل العائلات التي لديها أطفال خدج. ويمكنه تعليمكم الطرق المختلفة للتكيف مع فترات الإجهاد. ويمكن سؤاله حول الخدمات المختلفة التي تساعد العائلات أصحاب الأطفال الخدج.

أخصائي أمراض النطق واللغة (Pathologist النطق Speech Language Pathologist "SLP" يسمى أيضًا "Speech Language Pathologist وهو أخصائي علاج حاصل على تدريب خاص في كيفية عمل عضلات الفم والحلق والتنفس. وفي قسم NICU، يمثل جزءًا من فريق التغذية. ويساعد رضيعك على التغذية والبلع بأمان، ويساعدك على تعلم كيفية تواصل رضيعك.

كاتب الوحدة Unit Clerk يكون عادةً أول شخص يرحب بكم عند دخول قسم NICU.

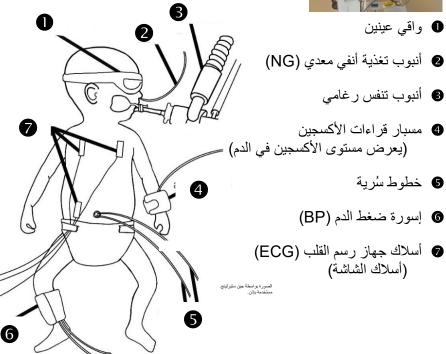
الأنابيب والأسلاك المتصلة بطفلك الخديج Your tiny baby's tubes and wires

قد يكون مشهد رضيعك الخديج وهو متصل بالأنابيب والأسلاك مخيفًا. ولكنها تساعد على حلى الأنابيب والأسلاك، على الإبقاء على حياة رضيعك آمنة. فإذا كان لديك أي أسئلة حول الأنابيب والأسلاك، يرجى سؤال الممرضة المسؤولة عن رضيعك.

الأطفال المتصلون بأنبوب تنفس Baby with breathing tube

يحتاج بعض الرضع إلى مساعدة إضافية على التنفس. ويستخدم أولئك الرضع أنبوب تنفس، والذي يسمى أيضًا أنبوب رغامي (end-doh النطق -end-doh)، ويعمل على توصيل الرئتين بماكينة مثل تلك التي تظهر في الصورة. وهذه الماكينة، التي تسمى جهاز تنفس اصطناعي، تساعدهم على التنفس.







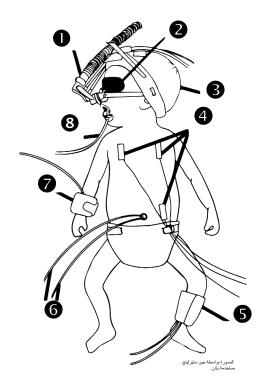
الأطفال المتصلون بجهاز CPAP (النطق -see pap، ضغط المجرى الهوائي الإيجابي المستمر)

Baby with CPAP

يمكن لبعض الرضع التنفس وحدهم ولكن يكونون بحاجة إلى مساعدة في إبقاء مجرى التنفس مفتوحًا. ولذلك يرتدى أولئك قناعًا فوق الأنف. وتعمل ماكينة CPAP، مثل تلك التي تظهر في الصورة، على تقديم كمية إضافية من الهواء والأكسجين عبر القناع لمساعدة الرضع على التنفس بصورة أفضل

وتساعد قلنسوة CPAP على إبقاء الرضيع مرتاحًا والحفاظ على أنبوب CPAP في المكان الصحيح.

- أنبو ب تنفس CPAP
 - واقى عينين
 - B قلنسوة CPAP
- 4 أسلاك جهاز رسم القلب (ECG) (أسلاك الشاشة)
- إسورة ضغط الدم (BP)
 - 6 خطوط سرية
- 🕝 مسبار قراءات الأكسجين (يعرض مستوى الأكسجين في الدم)
 - انبوب تغذیة فموی معدی (OG)



الأجهزة الموجودة في غرفة رضيعك الخديج Equipment in your tiny baby's room

قد يبدو رضيعك الخديج حتى أصغر حجمًا وسط كل تلك الأجهزة الموجودة في غرفته. ولكنها جميعًا تساعد على الإبقاء على حياة رضيعك آمنة.



الأجهزة حساسة للغاية. يرجى عدم لمس أي من الأزرار الموجودة على الأجهزة. والتنبيهات ليس الغرض منها إخافتك. ولكنها تساعد على الإبقاء على حياة رضيعك آمنة. فإذا كان لديك أي أسئلة بخصوص الأجهزة، يرجى طرحها على ممرضة الرضيع أو أخصائي العلاج التنفسي.

الشاشة

Monitor

تعرض الشاشة معلومات حول صحة رضيعك. ويتصل الرضيع بأسلاك الشاشة التي ترسل المعلومات إلى الشاشة، مثل:

- مدى سرعة نبضات قلب الرضيع، والتي تسمى معدل نبضات القلب
 - مدى سرعة تنفس الرضيع، والتي تسمى معدل التنفس
- كمية الأكسجين في دم الرضيع، والتي تسمى مستوى أكسجين الدم (أو "مستوى تشبع الأكسجين")

الصوت الأكثر سماعًا في قسم NICU هو التنبيهات الواردة من الشاشات. وفيما يلي بعض من تلك التنبيهات:

- البطء (النطق brad-dee) عندما ينخفض معدل نبضات قلب الرضيع عن معدله المعتاد
- فقدان التشبع (يسمى أيضًا "desat") عندما يقل مستوى أكسجين الدم لدى الرضيع عن مستواه المعتاد
 - انقطاع النفس (النطق app-nee-ah) عندما يتوقف الرضيع عن التنفس

قد تصدر تنبيهات من شاشة رضيعك، ولكن ليست كل التنبيهات بخصوص رضيعك. فشاشة رضيعك قد تعرض كذلك معلومات عن رضع آخرين. ونحن نشجعك على سؤال ممرضة الرضيع للحصول على معلومات أكثر حول التنبيهات.

الحاضنة Isolette (النطق eye-so-let) تسمى أيضًا "incubator")



تساعد الحاضنة على إبقاء رضيعك دافئًا وآمنًا. ويمكنك السؤال عن كيفية التلامس المباشر للجلد أثناء وجود الرضيع داخل الحاضنة.

مضخة وريدية (النطق in-tra-vee-nuss، تسمى أيضًا "IV") Intravenous Pump تتحكم المضخة الوريدية في بعض السوائل والأدوية والعناصر الغذائية التي يحتاجها رضيعك.



لوحة بيضاء Whiteboard

توجد لوحة بيضاء معلقة على الجدار في غرفة رضيعك. ويمكن لأي عضو من أعضاء فريق الاعتناء برضيعك الكتابة عليها، بما في ذلك أنت. ويمكنك إخبارنا إذا لم تعثري على قلم الكتابة.

يمكنك استخدام اللوحة البيضاء لكل الأسباب التالية:

- إخبارنا بشأنك وبشأن عائلتك.
 - لكتابة أسئلتك و تعليقاتك.
- لتذكر أسمائنا والتخطيط لليوم.



يوم في حياة طفلك الخديج داخل قسم NICU A day in the NICU for your tiny baby

الحياة داخل قسم NICU قد تكون غير متوقعة ومليئة بالتحديات. فأنت تتعلمين بشأن رضيعك الجديد، ودورك كوالدة لطفل خديج، وحول العديد من الأنشطة في قسم NICU.

وربما يساعدك على التكيف التوصل إلى نظام روتيني يناسبك ويناسب رضيعك. ساعدينا على مساعدتك. تحدثي إلينا لإعلامنا بآمالك وما تتوقعيه خلال رحلتك في قسم NICU.

إليك بعض الأنشطة التي يمكن أن تتوقعي حدوثها يوميًا في قسم NICU.

الجولات Rounds

الجولات هي عندما يلتقي فريق الرعاية لاستعراض احتياجات كل رضيع. فنحن نلتقي كل يوم خارج غرفة كل رضيع. وتبدأ الجولات في معظم الأيام صباحًا وقد تستمر لعدة ساعات.

أنت جزء مهم من فريق رعاية رضيعك. ونحن ندعوك للمشاركة في الجولات وطرح الأسئلة. فهذا هو أفضل وقت للتواصل مع معظم أعضاء فريق الرعاية.

يلتقي الممرضون وطبيب لوقت وجيز أثناء نوبة العمل الليلية. فإذا فاتك الجولات الصباحية، اطلبي من ممرضة رضيعك المشاركة في هذا اللقاء.

Skin-to-Skin التلامس المباشر للجلا

إن التلامس المباشر للجلد هو واحدة من أفضل الطرق لمساعدة رضيعك ومساعدتك ومن الأفضل أن يبدأ غالبًا بعد الولادة. ويمكنك أن تسألي ممرضة رضيعك أو أخصائي العلاج المتابع لحالته عن إمكانية حمل الرضيع لوضع صدره على صدرك أو حضنه بيديك داخل الحاضنة.

يمكنك مسح رمز الاستجابة السريعة هذا لمعرفة المزيد حول التلامس المباشر للجلد.

اً أو تفضلي بزيارة patienteduc.fraserhealth.ca." "skin to skin neonatal".

أوقات التعامل Handling Times

خلال الأيام القليلة الأولى في قسم NICU، تقدم ممرضة رضيعك الرعاية له في أوقات محددة. ونحن نطلق عليها أوقات التعامل أو التفاعلات. وقد تشمل التفاعلات جميع الأنشطة التالية:

- التحقق من مستوى نمو رضيعك وتطوره، ويسمى ذلك "التقييم"
 - تغيير حفاظ الرضيع
 - قياس درجة حرارة الرضيع
 - الإطعام

يمكن أن تتوقعي حدوث التفاعلات كل 4 إلى 6 ساعات. والنوم مهم جدًا للأطفال الخدج. ومن الأفضل عدم إيقاظهم بين أوقات التعامل.

ويمكن لممرضة رضيعك إخبارك بأوقات التعامل الخاصة بهذا اليوم. ويرجى التخطيط ليومك لتكوني متواجدة خلال تلك الأوقات. ويمكنك منح الراحة لرضيعك والمشاركة في عملية الاعتناء به. وعندما تعتادي على الأمر، يمكنك المساعدة في قياس وزن رضيعك أثناء نوبة العمل الليلية.

الضخ Pumping

للمساعدة على بدء تدفق الحليب وزيادته، استخدمي المضخة في غرفة نوم رضيعك كل ساعتين إلى 3 ساعات. ويرجى الاحتفاظ بتلك المضخة في غرفة رضيعك. ويمكن لممرضة رضيعك أو مستشار الرضاعة مساعدتك على استخدام المضخة.

حليب الأم هو أفضل طعام يحصل عليه رضيعك. ويطلق على أول حليب اسم اللبأ. ومن الأفضل إعطاء اللبأ بكل ما يحويه من عناصر غذائية مهمة إلى رضيعك في أسرع وقت ممكن.



يمكنك مسح رمز الاستجابة السريعة هذا لمعرفة المزيد حول الضخ. و patienteduc.fraserhealth.ca. أو تفضلي بزيارة expressing your breast milk".

ماذا تتوقع خلال أول أسبوعين في حياة طفلك الخديج What to expect in your tiny baby's first 2 weeks

رغم الاختلاف بين الأفراد والمواقف، إلا أنه من الجيد التعرف على الأنشطة والأنابيب والفحص بالموجات فوق الصوتية التي قد تحدث في حياة رضيعك الخديج خلال أول أسبو عين.

الأنشطة Activities

الساعات القليلة الأولى: التركيز على التنفس والبقاء دافئًا هذا وقت مليء بالأحداث في حياة رضيعك. ومن المتوقع أن يكون التركيز على مساعدة رضيعك على التنفس والبقاء دافئًا.

اليوم 1 إلى 3: أحضان باليد والتفاعلات

لا شك أن أحضان اليد والتفاعلات طريقة رائعة للارتباط برضيعك. ويمكن سؤال ممرضة رضيعك كيف يمكنك المشاركة في تلك الأنشطة بأمان.

اليوم 1 إلى 7: العلاج الضوئي

يمكن أن يساعد العلاج الصوئي الرضع في حالة اليرقان (النطق jon-diss). فذلك الضوء الخاص يساعد على تقليل الصفراء لدى الرضع. ويرتدي الرضيع واقي عينين لحماية عينيه من هذا الضوء.

اليرقان هو اصفرار جلد الرضيع وكفيه وباطن قدميه. وعادةً ما يتخلص الكبد من الصفراء الموجودة في الجسم، ولكن كبد الخديج لا يقوم بتلك المهمة بالسرعة الكافية. ولذلك يشيع حدوث اليرقان بين الرضع الخديجة.

اليوم 3 إلى 4: المزيد من العلاج

من المتوقع مقابلة أخصائي العلاج الطبيعي أو أخصائي علاج مهني لتعلم الطرق المختلفة التي يمكنك من خلالها دعم نمو رضيعك.

الأنابيب Tubes

الساعات القليلة الأولى: قساطر سُرية (تسمى أيضًا "خطوط سُرية") يحتاج معظم الأطفال الخدج إلى تلك الأنابيب الوريدية الخاصة. فهي تستخدم لأخذ الدم وتوصيل السوائل والأدوية والتغذية. ويتم وضع الخطوط السُرية في سرة الرضيع.

اليوم 1 إلى 3: أنبوب التغذية

عندما يكون الرضيع مستعدًا، فإنه يحصل على الحليب عبر أنبوب تغذية يمر من فمه أو أنفه وصولاً إلى معدته. ونحن نقوم برفق بإدخال أحد أنابيب التغذية التالية:

- أنبوب فموي معدي "OG" يمر عبر فم الرضيع.
- أنبوب أنفي معدي "OG" يمر عبر أنف الرضيع.

حليب الأم هو أفضل طعام يحصل عليه رضيعك. وإذا كان الحليب لديك غير متوفر بعد للإرضاع، فيمكننا التحدث بشأن التغذية بحليب مبستر من إحدى المتبر عات.

اليوم 5 إلى PICC (النطق pick، قسطرة مركزية يتم إدخالها من الأوردة الطرفية) يمكن وضع هذا الأنبوب الوريدي الخاص في ذراع الرضيع أو ساقه. عندما يحتاج الرضيع إلى مضادات حيوية أو تغذية لفترة تزيد عن بضعة أيام، نفكر في وضع قسطرة PICC.

الفحص بالموجات فوق الصوتية Ultrasounds

فحص الرأس بالموجات فوق الصوتية: اليوم 3 أو 4 وبين اليوم 10 إلى 14 قد يتعرض الخديج إلى نزيف في المخ. ويسمى هذا نزف داخل البطين (النطق in-tra-vent-trick-cue-lurr hem-rudge). نحن نستخدم الموجات فوق الصوتية للتحقق من عدم وجود نزيف.

فحص القلب بالموجات فوق الصوتية، ويسمى هذا "مخطط صدى القلب" أو "echo": بين اليوم 7 إلى 14

إذا احتجنا إلى التحقق من كيفية نمو قلب الرضيع، فقد يخضع لهذا الفحص بالموجات فوق الصوتية.

اصطحاب طفلك الخديج إلى المنزل Bringing your tiny baby home

من الطبيعي للوالدين اللذين بدأ رحلتهما في قسم NICU أن يتساء لا عن الوقت المناسب الصطحاب رضيعهما إلى المنزل.

يمكن اصطحاب الرضع في قسم NICU إلى المنزل عندما يكونوا مستعدين. واستعداد الرضيع يعنى أنه يقوم بكل الأشياء التالية:

- التنفس وحده دون مساعدة
 - · التغذية عن طريق الفم
- يكتسب ما يكفى من الوزن
- يلبي الحد الأدنى لمستويات الطول والوزن المتوافقة مع مقعد السيارة الخاص به
- عدم ظهور أي تنبيهات خاصة بالتنفس أو نبض القلب على الشاشة لمدة 5 أيام

يمكن غالبًا اصطحاب الرضع المولودة مبكرًا إلى المنزل عندما يحل موعد ولادتهم الطبيعي. ومن الطبيعي أن يظل بعض الرضع الخديجة في المستشفى لبضعة أسابيع إضافية.

كلمات يجب معرفتها

Words to know	
وحدة ما قبل الولادة Antepartum unit	المكان في المستشفى الذي تتواجد فيه الحوامل اللاتي على وشك الولادة.
عملية قيصرية Cesarean section تسمى أيضًا "-c section".	جراحة يتم خلالها توليد الرضيع عبر إحداث شق في بطن الوالدة ورحمها.
أنبوب التغذية Feeding tube	أنبوب رفيع وطري يوضع عبر الغم أو الأنف مرورًا بالحلق ووصولاً إلى المعدة. ويمثل هذا الأنبوب طريقة مؤقتة لتغذية الرضيع. هناك نوعان لأنابيب التغذية: - أنبوب فموي معدي أو "OG" - أنبوب أنفي معدي أو "NG"
التفاعلات أو أوقات التعامل Handles or handling times	الأوقات التي تعتني خلالها الممرضة برضيعك، مثل الإطعام أو تغيير الحفاظات.
تخلف النمو داخل الرحم Intrauterine growth restriction	عندما يكون الرضيع داخل الرحم لا ينمو كما هو متوقع.
وريدي Intravenous (النطق -in-tra-vee) (nuss	يسمى أيضًا "IV" (ينطق مثل eye-vee). الأنبوب الوريدي هو أنبوب صغير وطري ورفيع يوضع في وريد رضيعك. ويمكننا استخدامه لتوصيل السوائل والأدوية والعناصر الغذائية. والمضخة الوريدية هي ماكينة تتحكم في السوائل التي نضخها عبر الأنبوب الوريدي.

أنبوب تغذية أنفي مع <i>دي</i> (NG) Nasogastric (NG) feeding tube	أنبوب رفيع وطري يمر عبر فتحة أنف واحدة نزولاً عبر الحلق ووصولاً إلى المعدة. ويمثل هذا الأنبوب طريقة مؤقتة لتغذية الرضيع.
وحدة الرعاية المركزة لحديثي الولادة (NICU) Neonatal Intensive Care Unit (NICU)	المكان في المستشفى الذي يحصل فيه العاملون على ندريب إضافي لتقديم الرعاية إلى حديثي الولادة المرضى أو الخدج.
أنبوب تغذية فموي معدي (OG) Orogastric (OG) feeding tube	أنبوب رفيع وطري يوضع عبر الفم مرورًا بالحلق ووصولاً إلى المعدة. ويمثل هذا الأنبوب طريقة مؤقتة لتغذية الرضيع.
الطفل الخديج Tiny babies	الطفل الذي ولد إما: - قبل أن تُكمل الحامل 28 أسبوعًا من حملها - يزن أقل من 1000 غرام
موجات فوق صوتية Ultrasound	تصوير بالأشعة يمكنه عرض الأجزاء المختلفة داخل الجسم باستخدام موجات صوتية عالية التردد.
لوحة بيضاء Whiteboard	لوح موجود في غرفة الرضيع في قسم NICU يمكن لأي عضو في فريق الرعاية الكتابة عليه، بما فيهم أنت. ويمكنه مساعدتك على تذكر الأشياء التالية وغيرها: - الأسئلة والتعليقات الموجهة إلينا - أسماء أعضاء فريق الاعتناء برضيعك - التخطيط لليوم

