

## هم آغوشی مادر و نوزاد



**تهیه کننده:** زهرا صفری (کارشناس مامایی)

### تایید کنندگان:

فاضل اسکندری (مدیر پرستاری)

خدیجه عباسی (سوپروایزر آموزشی)

نرگس همتی (سوپروایزر آموزش سلامت)

**تایید کننده نهایی:** دکتر پریماه ارچین دیالمه (جراح و

متخصص زنان و زایمان)

**منبع:** بسته خدمتی مراقبت آغوشی مادر و نوزاد

اداره سلامت نوزادان زمستان ۱۳۹۰



بازنگری: دی ماه ۱۴۰۰

قبل از آغوش گرفتن نوزاد نارس بهتر است مثانه ی خود را خالی کند و ضرب غذا خورده باشد. از یک صندلی مناسب استفاده کند.

باید بلوز و سینه بند خود را درآورده و لباس مخصوص مراقبت آغوشی به تن کند. نوزاد را در داخل لباس و به روی سینه قرار دهد. و با یک ملافه یا پتو نوزاد را بپوشاند.

### مراقبت آغوشی در چه مدت زمانی باید انجام شود:

-اولین مراقبت ۳۰الی ۶۰ دقیقه و حداقل به سه بار در روز افزایش می یابد. نوزاد در حین مراقبت باید دور از تغییرات شدید ناگهانی جریان هوا قرار گیرد درب هایی که ناگهان باز می شوند می توانند حجم زیادی از هوای گرم یا سرد را وارد کنند زمان خاتمه را خود نوزاد تعیین میکند زمانی که نوزاد حین مراقبت زیاد تکان میخورد و بی قراری میکند تلاش میکند که اندام های خود را از این حالت خارج نماید زمان اختتام مراقبت می باشد.



این مسئله در مورد تولد دو قلوها و چند قلوها و یا مادرانی که سزارین شده اند بیشتر از همراهی به یک نیاز تبدیل می شود.

بدن پدر نوزاد راستی داده و سبب آرامش او می شود و صدای ضربان قلب به همراه تکان ملایم سبب آرامش نوزاد می شود.

لازم به ذکر است که هنگام مراقبت آغوشی توسط پدر ، پدر سالم باشد و علائمی بدن سرما خوردگی. آنفولانزا او ناراحتی گوارشی باشد. از تمرین بودن سروگردن و دست و نیمه خود مطمئن باشد در صورت استعمال سیگار حتما مسواک بزند لباس راحت و تمیز به تن داشته باشد.

### آمادگی های لازم برای شروع مراقبت آغوشی :

۱- آماده کردن محیط برای مراقبت آغوشی (اتاق آرام و کم نور و بدون سر و صدا باشد دمای اتاق بین ۲۵ و ۲۷ درجه سانتی گراد باشد.

۲- آماده کردن نوزاد برای مراقبت آغوشی و نوزاد و مناسب استفاده شود. هم چنین یک کلاه و جوراب داشته باشد.

۳- آماده کردن مادران برای مراقبت آغوشی(اگر مادر سرفه می کند یا سرما خورده است با استفاده از ماسک خطر انتقال ویروس و عفونت به نوزاد را کاهش دهد. حمام روزانه داشته باشد.

۴- آماده کردن مادران برای مراقبت آغوشی(اگر مادر سرفه می کند یا سرما خورده است با استفاده از ماسک خطر انتقال ویروس و عفونت به نوزاد را کاهش دهد. حمام روزانه داشته باشد.

## مقدمه :

مراقبت آغوشی یک روش مراقبتی طبیعی، آسان و عاطفی است که در طی آن نوزاد در تماس پوست با پوست بر روی سینه والدین به خصوص مادر، قرار می گیرد. امروزه این روش در بهبودی و مراقبت از نوزادان نارس و کم وزن (کمتر از ۲۵۰۰ گرم) به عنوان یک روش درمانی - تکمیلی بسیار موثر کاربرد دارد.

مادرانی که نوزاد بستری دارند و او را مراقبت آغوشی می کنند اعتماد به نفس بیشتری در زمینه ی توانایی تغذیه باشید مادر و مراقبت از نوزادشان نشان می دهند هم چنین این نوع ارتباط سبب کاهش تنش و اضطراب در والدین نیز شده است.

## معیارهای ورود به مراقبت آغوشی :

به طور کلی وزن بیشتر از ۱۲۰۰ گرم وزن مناسبی برای مراقبت آغوشی است به شرطی که این عامل با سایر عوامل همراه باشد. از جمله: سن داخل رحمی نوزاد بیشتر از ۲۸ هفته باشد. اگر نوزاد در زیر دستگاه های تهویه مکانیکی است وضعیت ثابتی داشته باشد. نوزاد درون انکوباتور یا کات نگه داری شود. نوزادی که بتواند دمای بدن خود را حفظ کند و به طور مکرر تغذیه کند و روزانه ۱۵ تا ۲۰ گرم وزن بگیرد و دیگر به اکسیژن کمکی نیاز نداشته باشد. بهترین مورد برای مراقبت آغوشی است.



1



## اجزای اصلی روش مراقبت آغوشی :

- ۱- تماس پوست با پوست.
- ۲- تغذیه انحصاری با شیر مادر
- ۳- حمایت همسر و اعضای خانواده
- ۴- ترخیص زود هنگام و پیگیری های پر از ترخیص

## مزایای مراقبت آغوشی :

- ۱- مراقبت آغوشی سبب برقراری ارتباط عاطفی زود تر و بهترین مادر و نوزاد می شود.
- ۲- مراقبت آغوشی تمام پنج حس نوزاد را تحریک می کند.
- ۳- روند تغذیه با شیر مادر را بهبود می بخشد.
- ۴- مراقبت آغوشی سبب می شود که نوزادی که هنوز از پستان تغذیه نمی کند بتواند طرز مکیدن از پستان مادر را تمرین کند.
- ۵- وزن گیری نوزاد را سریع تر می کند.
- ۶- سبب خواب عمیق تر و طولانی تر می شود.

2

۷- زمان های طولانی تر هوشیاری را سبب می شود

۸- باعث آرامش بیشتر و کاهش بی قراری نوزاد می شود.

۹- باعث تنظیم ضربان قلب و تنفس و بهبود اکسیژن رسانی در نوزاد می شود.

۱۰- به تنظیم دمای بدن کمک می کند.

۱۱- باعث افزایش اعماد به نفس پدر و مادر می شود. ۱۲- افزایش احتمال ترخیص زودتر از بیمارستان.

## نقش پدر در مراقبت آغوشی :

پدر آگاه و مسئول در کنار همراهی با همسر خود می تواند علاوه بر حمایت عاطفی با مشارکت خود در برقراری ارتباط با نوزاد و منظم کردن برنامه مراقبت آغوشی به خانواده خود کمک کند.



www.chandmahame.com

3