

## هم آغوشی

مراقبت مادرانه آغوشی نوعی مراقبت از نوزاد نارس است که در آن نوزاد در تماس پوستی با مادر حمل می شود.

### ویژگی های اصلی مراقبت آغوشی

- ۱- تماس پوستی مداوم و زود هنگام بین مادر و نوزاد
- ۲- تغذیه انحصاری با شیرمادر
- ۳- قابل اجرا در بیمارستان و ادامه آن در منزل
- ۴- کاهش استرس جدایی مادر و نوزاد و کاهش تحریکات محیطی مانند صدا و نور
- ۵- حمایت و نگهداری مناسب نوزاد توسط مادر در خانه
- ۶- کاهش عفونت بیمارستانی
- ۷- وزن گیری بهتر و ترخیص زودتر

### فواید مراقبت آغوشی برای نوزادان :

- ۱- تمام کودکان در تماس پوست به پوست، زودتر از انکوباتور به وضعیت ثبات می رسند.
- ۲- تنفس منظم تری دارند و کمتر مستعد ابتلا به آپنه می باشند.
- ۳- نوزاد در این روش، در مقابل عفونتهای بیمارستانی مصون می ماند و همچنین سبب کاهش ابتلاء به بیماریهای حاد مثل عفونت ریه در طی دوره نوزادی می باشد.
- ۴- تماس پوست به پوست طولانی بین مادر و نوزاد نارس و یا کم وزن، کنترل دمایی موثری را ایجاد می نماید.
- ۵- ضربان قلب نوزاد دارای ریتم و سرعت منظمی می باشد.

۶- تغذیه انحصاری از پستان و استفاده از تمامی فواید شیر مادر برقرار می شود .

۷- این بچه ها روزانه ۳۰ گرم رشد می کنند که سه برابر رشد در انکوباتور می باشد.

۹- در این روش نوزاد کمتر گریه می کند و استرس کمتری دارد که این امر باعث افزایش هورمون سوماتواستاتین می شود که موجب می شود خونریزی مغزی (که در نوزادان نارس امری شایع است) کمتر روی دهد.

۱۰- پیوند عاطفی بین مادر و نوزاد زودتر برقرار می شود. یعنی بچه از پایداری خلقی دراز مدت برخوردار می شود.

۱۱- رشد و تکامل مغز به بهترین نحو صورت می گیرد.

۱۲- منظم شدن ریتم خواب و بیداری نوزاد.

۱۳- مراقبت آغوشی شبیه مرفین در مغز این نوزادان ترشح می شود که باعث تسکین دردهای شدید در شیرخوار می شود.



## فواید مراقبت آغوشی برای مادران:

۱- تماس پوست به پوست در موقع تولد به مادر کمک می کند که بلافاصله با فرزندش مأنوس گردد.

۲- در این مادران اکسی توسین بیشتر ترشح می گردد که خود باعث آرامش مادر و کمک به ترشح تولید شیر می گردد.

۳- شیردهی باعث آزاد شدن هورمون هایی می شود که موجب انقباض رحم و کاهش خونریزی ناشی از زایمان می گردد.

۴- در زایمانهای زودرس مادر احساس گناه و هیجان می کند و مستعد افسردگی بعد از زایمان می باشد. گرفتن بچه در تماس با قفسه سینه اش به او کمک می کند که بتواند ادامه سن حاملگی فرزندش را کامل کند و امکان مراقبت بهتری به او بدهد همچنین باعث افزایش اعتماد به نفس و رضایت عمیق در مادر می شود.

۵- در این روش مادر قادر است زودتر حرکت کند و هر چه سریعتر به زندگی عادی و روزمره خود باز گردد.

۶- مادر وکالت فرزندش را به عهده می گیرد و وی در رأس تیم مراقبت کننده نوزادش قرار می گیرد.

۷- مادر از دوره های خواب عمیق تر و منظم تری برخوردار می شود.

قابل ذکر است که در این روش پدر هم می تواند مشارکت داشته باشد (به خصوص در موارد چند قلوبی) و با انجام مراقبت کانگورویی بیشتر احساس آرامش و راحتی کند و ارتباط عاطفی بهتری با فرزندش برقرار خواهد نمود.



بیمارستان عیسی بن مریم (ع)

## مراقبت آغوشی مادر و نوزاد



واحد آموزش به بیمار

تاریخ تدوین: بهار ۱۳۹۶

بازنگری: ۱۴۰۰

کد پمفلت: B.H.E.86

شماره تماس با واحد آموزش به بیمار:

۶۷-۳۲۳۳۲۰۶۵ (داخلی ۲۹۲)

[www.Bimaramozesh.blogfa.com](http://www.Bimaramozesh.blogfa.com)

[Telegram.me/bimar\\_amoresh](https://t.me/bimar_amoresh)

[Insta:isa-diabet](https://www.instagram.com/isa-diabet)

## نحوه انجام مراقبت کانگورویی :

۱. نوزاد را در وسط سینه مادر و در حالت عمودی به صورت سینه به سینه قرار دهید و سر نوزاد باید به یک طرف برگردانده شده و در وضعیت کمی کشیده به عقب قرار گیرد. این وضعیت قرار گیری سر، به باز ماندن مجاری هوایی کمک می کند و اجازه تماس چشم به چشم بین مادر و فرزندش را نیز فراهم می آورد.
۲. مفاصل ران باید خم شده و در حالت باز و در وضعیت قورباغه ای قرار گیرند، بازوها نیز بایستی به حالت خم شده در آیند.
۳. شکم نوزاد باید در سطح فوقانی شکم مادر قرار گیرد. قسمت پایین نوزاد بایستی با پیشبند مورد نظر کاملا مطمئن بسته شود.
۴. لباس رابه اندازه کافی محکم ببندید تا زمانی که مادر بلند می شود نوزاد لیز نخورد. مطمئن شوید که قسمت تنگ لباس بالای سینه نوزاد است.
۵. برای حفظ درجه حرارت سر نوزاد بایستی از کلاه مناسب استفاده شود.
۶. لباس نوزاد باید جلو باز باشد که تماس پوست جلوی تنه نوزاد با جلوی سینه مادر برقرار گردد.
۷. به مادر نشان دهید که چگونه نوزاد را داخل و خارج کیسه حرکت دهد و بتدریج ترس مادر از اینکه نوزاد صدمه ببیند از بین می رود.
۸. در زایمان های چندقلویی پدر و یا دیگر افراد فامیل می توانند برای انجام این روش در کنار مادر قرار گیرند.
۹. برای حفظ درجه حرارت سر نوزاد بایستی از کلاه مناسب استفاده شود.

۱۰. لباس نوزاد باید جلو باز باشد که تماس پوست جلوی تنه نوزاد با جلوی سینه مادر برقرار گردد.
۱۱. به مادر نشان دهید که چگونه نوزاد را داخل و خارج کیسه حرکت دهد و بتدریج ترس مادر از اینکه نوزاد صدمه ببیند از بین می رود.
۱۲. در زایمان های چندقلویی پدر و یا دیگر افراد فامیل می توانند برای انجام این روش در کنار مادر قرار گیرند.

همه مادران می توانند مراقبت آغوشی را بدون توجه به سن، چندمین حاملگی، میزان تحصیلات، فرهنگ و مذهب انجام دهند. مراقبت آغوشی مخصوصا برای مادران جوان و کسانی که با عوامل خطر اجتماعی مواجه هستند.

## چه موقع تماس بین مادر و نوزاد شروع می شود؟

هر زمانی که نوزاد در بخش های مراقبت های ویژه نوزادان تحت اقدامات درمانی، دچار بی قراری و اضطراب شده و نیاز به حمایت والدین دارد.

طول زمان تماس:

از چند دقیقه تا چند ساعت در طی شبانه روز ولی هر چه زمان تماس طولانی تر باشد مزایای آن بیشتر است.

مشاور علمی: آقای دکتر محمد طرّفه نژاد (متخصص کودکان و نوزادان)

منبع: میرلاشاری، ژ. رسولی، م. پرستاری کودکان - کودک بیمار، تهران، اندیشه رفیع ۱۳۸۹. چاپ دوم.