



بنام خداوند جان و خرد

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی دنا

بخش آموزش به بیمار

هم آغوشی نوزادان

شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	هم آغوشی نوزادان
تهیه کننده	دفتر آموزش به بیمار
تاریخ تهیه/به روز رسانی	بهار ۱۴۰۵
ناظر کیفی	سوپروایزر ارتقاء سلامت
منبع/منابع	کتاب مراقبت از نوزاد سالم
کد بروشور آموزشی	W-TP-019 R02

www.denahospital.com

شیراز، چهار راه ستارخان، کوی دنا، بیمارستان دنا

تلفن: ۰۷۹-۳۶۴۹۰۴۱۱ فاکس: ۰۷۹-۳۶۴۹۰۴۳۳

واحد پرستار پیگیر: داخلی ۲۶۳- ساعت ۱۳-۸



با اسکن لینک روبرو به بروشورهای

آموزشی دسترسی پیدا کنید.



چگونگی انجام مراقبت هم آغوشی:

- ✓ مادر در هنگام مراقبت هم آغوشی بلوز و لباس زیر خود را درآورده و لباس مخصوص به تن کند.
- ✓ تمام لباس‌های نوزاد خارج شود ولی بهتر است کلاه به سر داشته باشد.
- ✓ نوزاد با احتیاط در درون لباس مخصوص قرار می‌گیرد، درحالی‌که دست مادر در پشت گردن و تن نوزاد قرار می‌گیرد.
- ✓ فک تحتانی نوزاد را به آرامی با انگشت شست‌تان نگه دارید تا از سر خوردن نوزاد و بسته شدن راه هوایی جلوگیری کنید، دست دیگر را زیر باسن قرار داده و نوزاد را وسط پستان‌هایتان به صورت عمودی قرار دهید.
- ✓ صاف بودن گردن نوزاد باعث باز ماندن راه‌های هوایی می‌شود و ارتباط چشم با چشم نوزاد و مادر را محیا می‌کند.
- ✓ روی نوزاد با یک پتو یا ملحفه پوشانده شود تا گرم بماند.
- ✓ در هنگام مراقبت هم آغوشی، مادر می‌تواند سطح پشتی نوزاد را به آرامی ماساژ دهد، ماساژ باید به آرامی و شبیه نوازش کردن نوزاد باشد.

هم آغوشی نوزادان:

هنگامی که نوزادی زودتر از موعد و یا با وزن کم به دنیا می آید ممکن است نیازمند مراقبتهای حمایتی و درمانی شده و در بخش مراقبتهای ویژه بستری شود. مراقبت آغوشی یک روش مراقبتی طبیعی، آسان و عاطفی است که در طی آن نوزاد در تماس پوست با پوست بر روی سینه والدین بخصوص مادر قرار می گیرد. امروزه این روش در بهبودی و مراقبت از نوزادان نارس و کم وزن کمتر از ۲۵۰۰ گرم بعنوان یک روش درمانی-تکمیلی بسیار موثر کاربرد دارد که نگرانی های والدین را به میزان قابل توجهی کاهش می یابد و لمس نوزاد و ارتباط چشمی والدین با او سریعتر باعث ایجاد رابطه محبت آمیز می شتتود و والدین می توانند این وضعیت را به فرصتی برای کشف خصوصیات رفتاری نوزاد خود مبدل سازند.

اجزای اصلی روش مراقبت هم آغوشی:

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

مزایای مراقبت هم آغوشی:

۱. مراقبت آغوشی سبب برقراری ارتباط عاطفی زودتر و بهتر بین مادر و نوزاد می شود: نوزاد صدای ضربان قلب ملایم و خوشایند مادرش را که در داخل رحم می شنید دوباره می شنود. صدای آشنای مادر را می شنود
۲. مراقبت آغوشی تمام پنج حس نوزاد را تحریک می کند: نوزاد گرمای بدن مادر را از راه تماس پوست با پوست حس می کند (لامسه) او به صدای مادر و تپش قلبش گوش می دهد (شنوایی) با او تماس چشمی دارد (بینایی) بوی تن مادر را حس می کند (بوایی) پستان مادر را می مکد (چشایی)

۳. مراقبت آغوشی روند تغذیه با شیر مادر را بهبود می بخشد و باعث می شود نوزاد تمایل بیشتری به شیر خوردن نشان دهد. سبب کاهش استفراغ، مشکلات تنفسی، عفونت و گریه در نوزاد می شود.

۴. مراقبت آغوشی سبب خواب طولانی تر و عمیق تر می گردد که هر نوزاد حداکثر ۲ ساعت در روز خواب آرام و عمیق را تجربه می کند که آن هم بصورت دوره های ۱۰ تا ۲ ثانیه ای است. در این نوع خواب تنفس او منظم، تغییرات ضربان قلب او کم و بدن او آرام است تا انرژی و نیروی خود را حفظ کند

۵. مراقبت آغوشی زمان های طولانی تر هوشیاری را سبب می شود و نوزاد با چشمان باز به محیط اطراف واکنش نشان داده و به صورت مادر خود نگاه می کند و به دنبال صدای او است.

۶. مراقبت آغوشی باعث تنظیم ضربان قلب، تنفس، و بهبود اکسیژن رسانی در نوزاد می شود و دمای بدن نوزاد را تنظیم می کند. ۷. تاثیر مراقبت آغوشی بر والدین: سبب افزایش آرامش، اعتماد به نفس، و احساس توانایی و رضایت والدین می شود.

نحوه انجام مراقبت هم آغوشی:

۱. تماس پوست به پوست به تدریج شروع شود. اولین بار ۳۰-۲۰ دقیقه یکبار در روز به طول انجامد و بتدریج طول مدت آن را به حداقل ۱ تا ۳ ساعتو دفعات آن ۳ بار در روز باشد.
۲. راحت ترین وضعیت برای نوزاد، وضعیت جنین (دست و پاهای خم شده) است. سر نوزاد باید در میان پستان ها و سینه نوزاد روی سینه والدین قرار گیرد و سر به یک طرف چرخانده شود تا گردن مستقیم و کمی به طرف عقب نگهداری شود که سبب باز ماندن راه هوایی نوزاد می شود.
۳. باید از خم شدن بیش از اندازه سر به جلو و عقب جلوگیری شود و نوزاد را در حالتی که یک دست در پشت گردن و شانه او قرار دارد نگه داشت و دست دیگر در زیر باسن نوزاد باشد.

۴. در نوزاد نارس بهتر است سر نوزاد را به یک طرف برگردانده و مختصتتری چانه نوزاد بالا آورده شود (به عقب کشیدن سر) و مواظب بود که گردن نوزاد به جلو خم و یا بیش از حد به عقب کشیده نشود

۵. اگر به هر علتی ادامه مراقبت آغوشی برای والدین مقدور نیست سایر اعضای خانواده هم می توانند به والدین کمک کنند و تماس پوست با پوست را انجام دهند.

شرایط مادر جهت انجام مراقبت هم آغوشی:

- ✓ اگر مادر سرفه می کند یا سرما خورده استتت بایستی از ماسک استفاده کند. شستشوی مکرر دستها با آب و صابون در پیشگیری از سرایت بیماری موثر است.
- ✓ حمام روزانه برای بهداشت مادر کافی است.
- ✓ قبل از انجام مراقبت آغوشی بهتر است مادر مثانه خود را خالی کند و خوب غذا خورده باشد. از صندلی مناسب و راحت استفاده کند و پاهای مادر باید حمایت شود و نباید آویزان باشند چون نشستن طولانی سبب کاهش جریان خون در پاها شده و سبب ایجاد لخته های کوچک در جریان خون در پاها می شود.
- ✓ مادر بایستی لباس مخصوص آغوشی را به تن کند و سعی کند در مراحل انجام مراقبت هم آغوشی آرامش داشته باشد.

زمان ختم مراقبت هم آغوشی:

زمان رسیدن نوزاد به وزن ۲۵۰۰ گرم یا زمانی که در حین مراقبت زیاد تکان می خورد و بی قراری می کند که اندام های خود را از این حالت خارج می کند.