



مراقبت آغوشی

گروه هدف: مادر نوزاد نارس



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با نظارت دکتر لیلا نظری (متخصص زنان- فوق تخصص نازایی)
بازبینی زمستان ۱۴۰۱

مراقبت آغوشی در چه مدت زمانی باید انجام شود؟

اولین مراقبت ۳۰ الی ۶۰ دقیقه و یکبار در روز و به تدریج به یک الی ۳ ساعت و حداقل ۳ بار در روز افزایش می یابد. نوزاد در حین مراقبت باید دور از تغییرات شدید یا 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 می کند. رسیدن نوزاد به وزن ۲۵۰۰ گرم یا بیشتر یا زمانی که نوزاد در حین مراقبت زیاد تکان می خورد و بی قراری می کند و تلاش می کند که اندام های خود را از این حالت خارج نماید زمان اختتام مراقبت است.

منبع:

کتاب نلسون ۲۰۲۰

- قبل از شروع مراقبت میزان نور محیط ارزیابی شود و اگر لامپ پرنوری در نزدیک وجود دارد حذف شود. نور زیاد باعث اختلال در تکامل بینایی و سیستم عصبی نوزادان نارس می شود. همچنین سر و صدای بلند برای نوزادان نارس آزاردهنده است. روی نوزاد با یک پتو یا ملحفه پوشانده شود تا گرم بماند و بهتر است که مادر در تمام زمان مراقبت، پستان را در دهان نوزاد قرار دهد حتی اگر نوزاد فقط چند لحظه پستان را بمکد.

- در طی مراقبت آغوشی مادر می تواند سطح پشتی بدن نوزاد را ماساژ دهد. باتوجه به اینکه قسمت شکمی بدن نوزاد در تماس با پوست مادر است، این امر می تواند جایگزین مناسبی برای ماساژ نوزاد باشد و ماساژ نوزاد نارس باید به صورت نوازش و لمس پوستی بسیار ملایم باشد در غیراینصورت برای نوزاد استرس آور است.

- تمام لباسهای نوزاد خارج شود. اما بهتر است کلاه و جوراب نوزاد بر تن بماند.
- مادر، نوزاد را برداشته و با احتیاط بر روی صندلی بنشینید و نوزاد را در حالی که یک دست در پشت گردن و شانه قرار دارد نگه دارد.
- فک تحتانی نوزاد را به آرامی با انگشت شصت نگه دارید تا از سر خوردن نوزاد و بسته شدن راه تنفسش جلوگیری شود. دست دیگر را زیر باسن قرار داده و نوزاد را وسط پستان های خود و به صورت عمودی قرار دهید.
- مادر نوزاد را روی سینه قرار می دهد به طوری که قفسه سینه و سر نوزاد روی سینه مادر قرار گیرد و سطح شکمی او در تماس با سطح شکمی مادر باشد. سر به یک طرف برگردانده شود تا به راحتی نفس بکشد. صاف بودن گردن نوزاد باعث بازماندن راه هوایی می شود و امکان تماس چشمی نوزاد با مادر را فراهم می کند. سعی شود از خم شدن و افتادن سر به جلو خودداری شود. ران ها بهتر است خم، دور از بدن و شکلی مانند پاهای قورباغه به خود گیرد.

- تاثیر مثبت بر حواس ۵گانه کودک
 - کاهش مرگ و میر نوزادان
 - ایجاد کودکانی آرام تر با شخصیت متعادل تر
- چه اقداماتی باید قبل از مراقبت آغوشی صورت گیرد؟**
- ابتدا باید مکانی راحت برای مادر فراهم شود.
 - مادر باید از آرامش کامل برخوردار باشد.
 - دمای اتاق ۲۱ الی ۲۴ درجه سانتیگراد باشد.
 - مادر لباس مناسب و راحت بپوشد.
 - صندلی و زیرپایی مناسب فراهم شود.
 - آمادگی شخصی مثل تخلیه مثانه را انجام دهد.
 - مادر خوب غذا خورده باشد.
 - همچنین به حریم خصوصی مادر احترام گذاشته شود.

مراقبت آغوشی چگونه انجام می شود؟

- مادر در هنگام مراقبت آغوشی بلوز و سینه بند خود را درآورده، لباس مخصوص بر تن می کند.

یکی از شیوه های مراقبت های ویژه نوزادان نارس مراقبت به شیوه کانگروبی یا آغوشی است. چون بهترین مراقبت از نوزاد نارس آغوش مادر است.

مراقبت آغوشی چیست؟

یک روش طبیعی است که نوزاد به طور برهنه و عمودی بر روی سینه مادر و در تماس با پوست مادر قرار می گیرد. مراقبت آغوشی دو نوع است:

-**مداوم:** که نوزاد به صورت ۲۴ ساعته بر روی سینه مادر قرار می گیرد.

-**متناوب:** که نوزاد مدتی بر روی سینه مادر و مدتی داخل انکوباتور مراقبت می شود که به صورت چندبار در روز و هر بار حداقل یک ساعت طول می کشد.

مراقبت آغوشی چه مزایایی دارد؟

- تغذیه انحصاری با شیر مادر و در نتیجه افزایش شیر مادر
- بهبود رشد و کنترل متابولیسم نوزاد
- بهبود وضعیت روحی و روانی مادر و نوزاد
- افزایش طول و تعمیق خواب نوزاد