



راهنمای مراقبت آغوشی (KMC)



کدمحتوا: 3

تهیه و تنظیم:

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری ۱۴۰۳

شماره تلفن بیمارستان: ۳۷۲۲۳۰۵۶

داخلی واحد آموزش: ۲۰۳

<https://beheshtih.mrgums.ac.ir>

مراقبت آغوشی در چه مدت زمانی باید انجام شود؟

اولین مراقبت ۳۰ الی ۶۰ دقیقه و یکبار در روز و بتدریج به یک الی ۳ ساعت و حداقل سه بار در روز افزایش می یابد. نوزاد در حین مراقبت باید دور از تغییرات شدید یا ناگهان جریان هوا قرار گیرد. در بهایی که ناگهان باز می شوند می تواند حجم زیادی از هوای گرم و سرد 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 بیقراری می کند و تلاش می کند که اندام های خود را از این حالت خارج نماید زمان اختتام مراقبت است.

مراقبت آغوشی در منزل:

بعد از رفتن به منزل تا زمانی که نوزاد از این مراقبت لذت می برد مراقبت آغوشی می تواند ادامه یابد.

قبل از شروع میزان نور محیط ارزیابی شود و اگر لامپ پر نوری در نزدیکی وجود دارد حذف گردد. نور زیاد باعث اختلال در تکامل بینایی و سیستم عصبی نوزادان نارس می شود. همچنین سر و صدای بلند برای نوزادان نارس آزار دهنده 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. و یا از لوله دهانی قطره چکان جهت تغذیه استفاده کند.

در طی مراقبت آغوشی مادر می تواند سطح پستی بدن نوزاد را ماساژ دهد با توجه به اینکه قسمت شکمی بدن نوزاد در تماس با پوست مادر است، این امر می تواند جایگزین مناسبی برای ماساژ نوزاد باشد. ماساژ نوزاد نارس باید به صورت نوازش و لمس پوستی بسیار ملایم باشد در غیر این صورت برای نوزاد استرس آور 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 میگیرد.
- مراقبت آغوشی دو نوع است:
 - ۱_ مداوم: که نوزاد به صورت ۲۴ ساعته بر روی سینه مادر قرار می گیرد.
 - ۲_ متناوب: که نوزاد بر روی سینه مادر و داخل انکوباتور مراقبت می شود که به صورت چند بار در روز هر بار حداقل یک تا دو ساعت طول می کشد.
- **مراقبت آغوشی چه مزایای 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
- کاهش استفراغ و مشکلات تنفسی و عفونت
- تاثیر مثبت بر حواس پنجگانه کودک
- کاهش مرگ و میر نوزادان
- ایجاد کودکانی آرام تر با شخصیت متعادل تر

چه اقداماتی باید قبل از مراقبت آغوشی صورت

گیرد؟

- ابتدا مکانی راحت برای مادر فراهم شود.
- مادر باید از آرامش کامل برخوردار باشد.
- دمای اتاق ۲۳ الی ۲۴ سانتی گراد باشد.
- مادر لباس راحت و مناسب بپوشد. صندلی و زیر پایی مناسب 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 هنگام مراقبت آغوشی بلوز و سینه بند خود را در آورده ، لباس مخصوص بر تن می کند .
- تمام لباس های نوزاد خارج شود . اما بهتر است کلاه و جوراب نوزاد بر تن بماند.
- مادر نوزاد را برداشته و با احتیاط بر روی صندلی بنشیند 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 نکه دارد تا از سر خوردن نوزاد و بسته شدن راه تنفسش جلوگیری شود . دست دیگر را زیر باسن قرار داده و نوزاد را در وسط پستان های خود و به صورت عمودی قرار دهد.

- مادر نوزاد را روی سینه قرار می دهد بطوری 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 بگیرد.(وضعیتی شبیه و حالت نوزاد در داخل رحم)

