

## نوزاد نارس شما بیشتر!

حتی ممکن است نوزاد نارس شما برای دریافت مراقبتهای پزشکی در بخش NICU بستری باشد ولی نوزادان هم اکنون نیاز به محبت و ارتباط عاطفی نزدیک به شما دارد و در صورت برآورده شدن این نیاز طبیعی، فرزند سالمتری خواهید داشت. زمانی که نوزاد نارس به دنیا می آید اغلب برقراری ارتباط بین والدین و نوزاد به تاخیر می افتد که برای والدین نگران کننده است. به دلیل مشکلات نارسى مانند وزن کم بدو تولد، مشکلات تنفسی احتمال افت قند و کلسیم خون، افت دمای بدن نوزاد و حمایت‌های پیشرفته مانند مراقبتهای تنفسی و تغذیه ای و ... نیاز دارند. طبق منابع علمی نوزادان نارسى که روش مراقبت آغوشی در آنها به کار گرفته می شود میزان عوارض کمتر و طول عمر بیشتری دارند. این روش برای شیردهی و تغذیه نوزاد نارس ایده ال است. در صورت سپری شدن مراحل بحرانی نوزاد نارس و با نظر پزشک متخصص نوزادان انجام مراقبت آغوشی برای شما و نوزادان امکان پذیر می باشد



## مراقبت آغوشی چیست؟

مراقبت آغوشی (کانگورویی) نوعی روش مراقبت طبیعی، آسان علمی و عاطفی همراه با مهر مادر و پدر نوزاد نارس است که در طی آن نوزاد در تماس پوست به پوست در آغوش پدر و مادر نگهداری می شود.

در حقیقت در کنار اقدانات پزشکی بهترین و موثر ترین کاری است که شما می توانید برای کمک به نوزاد نارس خود انجام دهید. اقدامی کم هزینه و پر فایده که با این کار رشد جسمانی و تکامل مغزی- روانی وی را تضمین می کنید. مادرانی که نوزاد بستری خود را مراقبت آغوشی میکنند اعتماد به نفس بیشتری در زمینه توانایی تغذیه با شیر مادر و مراقبت از نوزاد خود نشان می دهند و باعث کاهش تنش و اضطراب والدین شده و احساسا گناه و اندوه آنان رفع می شود.



## روش انجام مراقبت آغوشی چگونه است؟

## آماده کردن محیط

دمای مناسب محیط بین ۲۷-۲۵ درجه سانتی گراد باشد و از تغییرات شدید جریان هوا دور باشد. اتاق آرام و کم نور باشد زیرا نور زیادی در تکامل بینایی و عصبی نوزاد نارس می شود همچنین سر و صدای بلند برای نوزاد نارس آزاردهنده است

## آمادگی نوزاد و مادر

نوزاد به صورت برهنه به جز پوشک، جوراب و کلاه بر روی بدن مادر یا پدر بدون پوشش قرار می گیرد به طوری که سر او به یک طرف برگردد و گردن در وضعیت تقریباً کشیده به عقب نگه داشته شود. این وضعیت قرارگیری سر به بازماندن مجاری هوایی کمک می کند و اجازه تماس چشم به چشم بین مادر و فرزندش را فراهم می آورد. فواصل نباید خم شده و در حالت باز قرار گیرند. شکم نوزاد در سطح فوقانی شکم مادر قرار می گیرد و تنفس مادرموجب تحریک نوزاد می شود و امکان وقوع آپنه کاهش می یابد. برای احساس راحتی میتوان یک ملحفه بر روی مادر و نوزاد انداخت.

حمام روزانه مادر قبل از مراقبت آغوشی و شستن دست ها قبل از تماس با نوزاد؛ آمادگی مادر از نظر روانی و تخلیه مثنانه و استفاده از صندلی راحت حین مراقبت آغوشی؛ عدم آویزان بودن پاهای مادر و استفاده از زیر پایی مناسب؛ هنگام

مراقبت آغوشی مادر لباس زیر خود را در آورده و لباس مخصوص مراقبت آغوشی را بپوشد.



- ✓ امکان بقای بیشتر
- ✓ بهبود تکامل عصبی، روانی و اجتماعی
- ✓ بهبود وضعیت تنفسی و تنظیم دمای بدن
- ✓ ترخیص زودتر از بیمارستان
- ✓ وزنگیری بهتر و سریعتر
- ✓ افزایش میزان شیر مادر و شیردهی بهتر
- ✓ احساس اطمینان و رضایت عمیق از توانایی در مراقبت و بغل کردن نوزاد
- ✓ توانمند شدن در مراقبت از نوزاد نارس در منزل
- ✓ افزایش اعتماد به نفس و داشتن نقش فعال در بهبود نوزاد
- ✓ برقراری پیوند عاطفی زودتر و بهتر با نوزاد
- ✓ خواب عمیق و راحت (منظم تر شدن ریتم خواب و بیداری)
- ✓ گریه کمتر
- ✓ آرامش و خشنودی نوزاد
- ✓ محفوظ ماندن نوزاد از استرس های محیطی مانند نور و سر و صدا
- ✓ ارضاء پنج حس نوزاد
- ✓ ضربان قلب نوزاد دارای ریتم منظمی می شود

**معیارهای شروع مراقبت آغوشی :**

تمامی نوزادان اما در نوزادان خیلی نارس که نیازمند مراقبت ویژه هستند تا تثبیت شرایط نوزاد به تاخیر بیفتد نوزادانی که وزن تولد ۱۸۰۰ یا بیشتر دارند در صورت تثبیت وضعیت نوزاد بلافاصله بعد از تولد نوزادان با وزن ۱۲۰۰-۱۸۰۰ بدلیل مشکلات زیادی که دارند ابتدا باید وضعیت نوزاد تثبیت شود نوزادان بالای ۱۲۰۰ در صورت نیاز به مراقبت پزشکی ویژه دارند جلسات کوتاه مراقبت آغوشی (منقطع) شروع شود در نوزادان با وزن زیر ۱۲۵۰؛ ناپایداری دمای بدن؛ افت اکسیژن خون تایید و تجویز پزشک معالج ضروری است اگر تصمیم به مراقبت آغوشی گرفته اید: از کارکنان بخش نوزادان و NICU بخواهید روش کار را برایتان توضیح دهند و در صورت امکان کتاب و فیلم آموزشی مراقبت آغوشی را در اختیارتان قرار دهند. چنانچه احساس میکنید آگاهی و آمادگی لازم برای مراقبت آغوشی را دارید به کارکنان بخش اعلام آمادگی کنید



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رفسنجان

**بیمارستان حضرت علی ابن ابیطالب (ع)**

**مراقبت آغوشی مادرانه**

**"مراقبت کانگوروی"**

**(KMC)**



**واحد آموزش به بیمار**

**پاییز ۱۳۹۸**

ویرایش دوم