



## بیمارستان امام سجاد، شهرستان راسر



### تماس پوست با پوست مادر و نوزاد در یک ساعت اول تولد

1401

#### مقدمه:

تماس پوستی مادر و نوزاد بعد از تولد از اهمیت خاصی برخوردار است. برای تغذیه کامل و انحصاری شش ماهه شیرخوار با شیر خود، مادر باید بلافاصله پس از زایمان تماس پوستی با نوزاد خود داشته و شیر دهی را طی ساعت اول تولد آغاز کرده باشد. تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله پس از تولد، باعث کاهش میانگین زمان بروز رفتارهای پیش تغذیه ای، تسریع در شروع اولین تغذیه با شیر مادر، ارتقا شاخص شروع اولین تغذیه با شیر مادر طی ساعت اول تولد و افزایش طول مدت اولین تغذیه با شیر مادر شده است. متخصصان پیشنهاد می کنند بلافاصله بعد از به دنیا آمدن نوزاد، مادر او را در آغوش بگیرد و به سینه خود بچسباند تا تماس پوست با پوست ایجاد شود.

برقراری تماس پوست با پوست مادر و نوزاد پس از تولد حداقل به مدت یک ساعت اطلاق می شود نوزاد پس از تولد خشک شده و به طور مستقیم روی سینه لخت مادر خود قرار می گیرد، هر دو آنها با یک پتوی گرم پوشانده و برقراری تماس پوستی حداقل به مدت یک ساعت یا تا بعد از اولین تغذیه با شیر مادر ادامه می یابد. برقراری تماس پوستی

رفلکس طبیعی جستجوی نوزاد را تسهیل نموده و باعث میشود رفتار جستجو و مکیدن پستان در ذهن نوزاد نقش ببندد. برای ارتباط بهتر می توانید بچه را روی شکم یا سینه تان درازکش کنید. تماس پوست با پوست مادر و نوزاد حتی برای بچه های نارس نیز بسیار اهمیت دارد، تا به آنان کمک شود که زودتر وضعیتی پایدار یابند. تماس پوست به پوست و مراقبت کانگورویی مادر (حمل بچه ای زود رس در تماس پوست به پوست) می تواند کمک عظیمی برای مراقبت از بچه نارس باشد. گرمای بدن مادر در طول تماس پوستی، بهترین روش گرم نگهداشتن نوزاد است.

#### فواید تماس پوست با پوست برای نوزاد:

- ❖ این نوزادان تنفس منظم تری دارند.
- ❖ دمای زیربغلی و پوستی نوزاد به دنبال این تماس سریعتر بالا می رود.
- ❖ ضربان قلب نوزاد ریتم و سرعت منظمی دارد.
- ❖ پیوند عاطفی بین مادر و نوزاد زودتر برقرار می شود.
- ❖ رشد مغز به بهترین نحو صورت می گیرد.
- ❖ این نوزادان خواب و بیداری منظمی دارند.
- ❖ نوزادان معمولاً بیش تر راضی هستند و کم تر گریه می کنند. برای بچه احساس ایمنی است و

- ❖ او می تواند تپش قلب مادر را بشنود که برای او آرام بخش است.
- ❖ نوزاد قرار گرفته در تماس پوست به پوست از قند خون منظم تری برخوردار است.
- ❖ موجب تحکیم پیوند عاطفی = (Bonding) می شود.
- ❖ کلونیزاسیون از طریق تماس پوستی بندناف با بدن مادر، باعث تولید میکرو ارگانیسم های طبیعی بدن مادر، در نوزاد می شود.
- فواید تماس پوست با پوست برای مادر:**
- ❖ تماس پوست با پوست باعث می شود مادر احساس نزدیکی و دل بستگی بیشتری به نوزاد پیدا کند .
- ❖ در زایمان های زودرس وقتی مادر نوزاد را به قفسه سینه اش می چسباند، به او کمک می کند اعتماد به نفس و رضایت عمیقی داشته باشد.
- ❖ در تماس پوست با پوست مادر خواب عمیق تر و منظم تری را تجربه می کند.
- ❖ برقراری پیوند در تماسی پوست به پوست به مادران کمک می کند ، تا هورمون اکسی توسین بیشتری را تولید کنند که به جریان یافتن شیر و شروع روند هم بستگی و برقراری پیوند کمک می کند.

- ❖ رفلکس اکسی توسین (هورمون عشق) را در مادر تحریک نموده که به دلایل بسیاری اهمیت دارد از جمله:
- تماس پوستی، لمس کردن، به دهان گرفتن و مکیدن پستان و ضربات وارد به رحم مادر توسط شیرخوار، سبب انقباض رحم می شود که این امر به خروج سریع تر جفت و کاهش خونریزی و پیشگیری از کم خونی مادر پس از زایمان، کمک می کند.

### مادر مشکوک یا قطعی مبتلا به covid-

19

- ❖ برقراری تماس پوستی نوزاد با مادر مشکوک یا قطعی مبتلا به کروناویروس منعی ندارد (آخرین نسخه دستورالعمل کرونا).
- ❖ در صورتی که وضعیت بالینی مادر مشکوک یا مبتلا به بیماری کووید ۱۹ به گونه ای باشد که قادر به مراقبت از نوزاد خود نباشد، نوزاد باید به طور موقت از وی جدا شده و در اتاق دیگری توسط همراه سالم نگهداری شود.
- ❖ در صورتی که مادر مشکوک یا مبتلا به بیماری کووید ۱۹ قادر به مراقبت از نوزاد خود باشد، مادر و نوزاد می توانند هم اتاق

بوده و مادرمی تواند بعد از شستن دست ها و زدن ماسک به نوزاد خود شیر بدهد.

### گروه های حامی بیمارستان:

شماره تماس بیمارستان ۴-۳۱-۵۵۲۲۲۰۳۱

بخش اطفال-داخلی ۳۳۷-۳۳۸(خانم معصومی و خانم موسی پور)

بخش زنان-داخلی ۳۳۵(خانم حلاجیان و خانم باقری)

بخش لیبر-داخلی ۳۲۷(خانم رستمی نسب-خانم قهرمانی)

منبع:

- دستورالعمل کشوری " برقراری تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله پس از تولد و شروع تغذیه با شیر مادر طی ساعت اولیه بعد از تولد "
- راهنمای مراقبت از نوزاد متولد از مادر مشکوک یا مبتلا به بیماری کوید ۱۹- اداره سلامت نوزادان دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس وزارت بهداشت و درمان آموزش پزشکی.