



مراقبت آغوشی (KMC)

مراقبت آغوشی یک روش مراقبتی آسان و عاطفی است که در طی آن نوزاد در تماس پوست با پوست والدین قرار می‌گیرد. با استفاده از این روش بهبودی چشمگیری در سلامت و تکامل نوزاد نارس دیده شده است. همچنین روشی مؤثر برای پاسخ به نیازهای حرارتی (گرما)، تغذیه با شیرمادر، محافظت از ایجاد عفونت در نوزاد، تحریک، امنیت و عشق می‌باشد. در این روش نوزادان کم وزن از طریق ارتباط پوست با پوست مادر، مراقبت می‌شوند.

مزایای مراقبت آغوشی:



- وزن گیری نوزاد را سریع تر می‌کند.
- به تنظیم دمای بدن نوزاد کمک می‌کند.
- تمام پنج حس نوزاد را تحریک می‌کند.
- سبب خواب طولانی تر و عمیق تر می‌گردد.
- روند تغذیه با شیر مادر را بهبود می‌بخشد.
- زمان های طولانی تر هوشیاری را سبب می‌شود.
- سبب آرامش بیشتر و کاهش بیقراری نوزاد می‌شود.
- احتمال ترخیص زودتر از بیمارستان را افزایش می‌دهد.
- سبب برقراری ارتباط عاطفی زودتر و بهتر بین مادر و نوزاد می‌شود.

اجزای اصلی روش مراقبت آغوشی:

- ۱ - تماس پوست با پوست: معنای تماس مستقیم پوست مادر با پوست نوزاد که به این منظور نوزاد با پوشش کلاه، جوراب و پوشک به صورت عمودی بر روی قفسه سینه مادر قرار می‌گیرد.
- ۲ - تغذیه انحصاری از پستان مادر: این نوع تغذیه می‌تواند به صورت تغذیه مستقیم نوزاد از پستان مادر با استفاده از شیر دوشیده شده مادر به وسیله ابزارهای کمکی مناسب مانند لوله معده، سرنگ، فنجان، قاشق و قطره چکان انجام شود.
- ۳ - حمایت همسر و اعضای خانواده: این حمایت می‌تواند در قالب مشارکت در انجام این روش، کمک به همسر و تشویق او به ادامه شیردهی و کمک در انجام کارهای منزل باشد.
- ۴ - ترخیص زود هنگام از بیمارستان: مراقبت آغوشی سبب ترخیص زودتر نوزاد نارس از بیمارستان خواهد شد. این روش در خانه نیز می‌تواند ادامه یابد.

چه نوزادی را می توان مراقبت آغوشی کرد؟

نوزادی که بتواند دمای بدن خود را حفظ کند، بطور مکرر تغذیه شود، روزانه ۱۵ تا ۲۰ وزن بگیرد و دیگر نیازی به اکسیژن کمکی نداشته باشد.

آمادگی‌های لازم برای شروع مراقبت آغوشی عبارتند از:

۱ - حذف نورهای مزاحم و اضافی از محیطی که نوزاد مراقبت آغوشی می شود

۲ - کاهش دادن سر و صدای محیط

۳ - دور نگه داشتن نوزاد از تغییرات شدید یا ناگهانی جریان هوا (دمای محیط باید حدود ۲۴ درجه سانتیگراد باشد).

زمان قطع مراقبت آغوشی:

مراقبت آغوشی تا زمانی که مادر و شیر خوار در این حالت احساس راحتی

می‌کنند، ادامه می یابد. اغلب هنگامی که سن حاملگی به حد ترم برسد و با

وزنش به حدود ۲۵۰۰ گرم برسد، این روش مطلوب است. در این حال شیر خوار شروع به لولیدن و جنبیدن می‌کند و نشان می‌دهد که از وضعیت موجود ناراحت می‌باشد. به علاوه دست و پای خود را به بیرون فشار می‌دهد و در مواقعی که نوزاد سعی می‌کند تا پشت او را در تماس پوست به پوست نگهدارد، شروع به گریه کرده و سر و صدا به راه می‌اندازد.

در شرایط زیر مراقبت آغوشی متوقف و نوزاد به انکو باتور منتقل شود:

وقفه تنفسی، کاهش تعداد ضربان قلب، تغییررنگ بدن، کاهش دمای بدن، افزایش نیاز به اکسیژن، کاهش سطح اشباع خون

آمادگی نوزاد و مادر برای شروع مراقبت آغوشی:

۱ - نوزاد نباید کاملاً لخت باشد. از یک پوشک با اندازه مناسب و تمیز برای نوزاد استفاده کنید. از یک کلاه نرم برای پوشاندن سر نوزاد و جوراب برای گرم نگهداشتن پاهای نوزاد استفاده نمایید.

۲ - اگر مادر سرماخورده است و سرفه می کند، لازم است که از ماسک استفاده نماید.

۳ - حمام روزانه مادر و شستن دست ها پس از تعویض پوشک و قبل از شیردهی و دوشیدن شیر، توصیه می‌شود.



۴ - استفاده از صندلی مناسب برای مراقبت آغوشی که صندلی باید تکیه گاه داشته باشد و در ناحیه کمر و پشت مادر از یک یا چند بالش استفاده نمایید و جهت آویزان نبودن پاهای مادر، از یک زیرپایی استفاده گردد و در صورت طولانی بودن زمان مراقبت آغوشی بهتر است مادر گاهی بلند شده و به همراه نوزاد قدم بزند.

۵ - هنگام مراقبت آغوشی، مادر باید بلوز و سینه بند خود را درآورده و لباس راحتی بپوشد و نوزاد داخل لباس و روی سینه مادر قرار گیرد و از یک پتو و پوشش گرم دیگری برای پوشاندن نوزاد استفاده نماید.

۶ - در فواصل مراقبت آغوشی، مادر باید آرامش داشته باشد، نرمش کند و به تغذیه خود بیشتر توجه کند.

۷ - قبل از شروع مراقبت آغوشی، بهتر است مادر به دستشویی رفته، و غذای سبکی نیز میل کرده باشد که در حین مراقبت، نیاز به جا به جایی نداشته باشد.

۸ - بهتر است حین مراقبت آغوشی، تلفن همراه از مادر و نوزاد دور باشد.

نحوه انجام مراقبت آغوشی:



۱ - تماس پوست با پوست را بتدریج شروع کنید. بهتر است اولین مراقبت حداقل بین ۲۰ تا ۳۰ دقیقه یکبار در روز باشد و به تدریج طول مدت و دفعات آن را افزایش دهید.

۲ - راحت ترین وضعیت: نوزاد به صورت عمودی روی قفسه سینه مادر قرار گیرد و باید سر به یک طرف چرخانده شود تا گردن مستقیم و کمی به عقب نگهداری شود. این حالت سبب باز ماندن راه های هوایی نوزاد می شود. زانو و ران نوزاد خم و شکلی مانند پاهای قورباغه بگیرد.



واحد آموزش به بیمار - مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)

آموزش به بیمار

کد ۱۹۵



مراقبت آغوشی



کردآوری: زیبا زکریا (کارشناس پرستاری)

تنظیم کننده: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت و ارتقا

سلامت)

تأیید کننده: دکتر پریا محقق (فوق تخصص طب نوزادان، عضو هیئت علمی

دانشگاه علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۰

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>