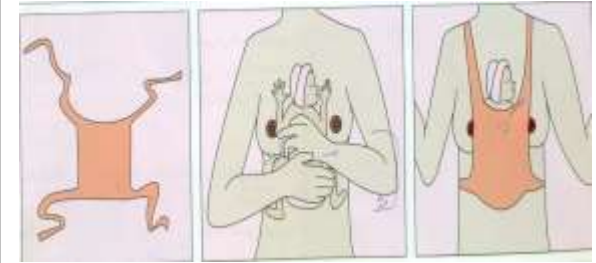


## مراقبت آغوشی

kangaroo mother care  
kmc



مراقبت آغوشی یک روش مراقبتی طبیعی -آسان و عاطفی است که نوزاد به صورت برهنه و عمود بر روی سینه ی مادر و در تماس مستقیم پوست با پوست قرار می گیرد.

### مزایای این روش:

- ۱- در روند بهبودی نوزاد نارس و کم وزن (زیر  $2500\text{gr}$ ) بسیار مفید است
- ۲- یک روش درمانی - تکمیلی موثر است.
- ۳- وقتی که نوزاد نارس به دنیا می آید (در بخش نوزادان یا NICU بستری می باشد) اغلب ارتباط بین نوزاد و والدین به تأخیر می افتد با انجام مراقبت آغوشی این نگرانی ها کمتر می شود و تماس پوستی و چشمی با نوزاد باعث می شود که هر چه سریعتر رابطه ی عاطفی بین نوزاد و والدین برقرار شود.
- ۴- در ابتدا توسط پرستار یا مامایی آموزش این کار انجام می شود.
- ۵- وقتی نوزاد روی سینه والدین قرار می گیرد خوب می خوابد، خوب شیر میخورد، سروصداهای تحریکات محیطی کمتر ادبش می کند.

مادرانی که نوزاد بستری خود را مراقبت آغوشی می کنند، اعتماد به نفس بیشتری در زمینه ی توانایی تغذیه با شیر مادر و مراقبت از

نوزاد نشان می دهند. این نوع ارتباط سبب کاهش تنش و اضطراب در والدین شده و احساس اندوه و گناه آنان رفع می شود و اغلب آنها این احساس را دارند که این بهترین کاری بوده که آنها می توانستند برای نوزاد خود انجام دهند. زمانی که پدران و مادران این نوع تماس عاشقانه را تجربه می کنند؛ می دانند که در حال انجام کاری خاص برای نوزادشان هستند که هیچ کس دیگری به خوبی آنان قادر به انجام آن نیست.

### مراقبت آغوشی وزن گیری نوزاد را در سریعتر می کند:

رشد کلی نوزاد و وزن گیری وی در طول مراقبت آغوشی، بهبود می یابد. در طی مراقبت آغوشی وزن گیری این نوزادان نسبت به نوزادانی که در انکوباتور نگهداری می شوند و از این مراقبت محرومند، افزایش یافته به طوری که ممکن است حتی به  $30\text{gr}$  در روز هم برسد. بخشی از این افزایش وزن به این علت است که نوزاد به پستان نزدیک است. به دفعات مکرر تغذیه می شود و حرکات بدون هدف نوزاد کمتر می شود (انرژی او ذخیره می شود)، او در این وضعیت آن چنان خشنود و آرام است که کمتر بیقراری می کند و راحت تر به خواب می رود

### در طول خواب مصرف اکسیژن و انرژی به حداقل رسیده و

نوزاد این انرژی را برای وزن گیری خود ذخیره می کند.

### مراقبت آغوشی سبب خواب طولانی تر و عمیق تر می گردد:

در حین مراقبت آغوشی، نوزادان به مدت طولانی تر و دفعات بیشتری میخوابند (در واقع دوبرابر بیشتر می خوابند و بیش از دوو نیم برابر هم خواب آرام و منظمی دارند). با توجه به اهمیت خواب کافی و مناسب برای فعالیت های نوزادی، مهم است که او کمک شود تا خواب عمیق تر و طولانی تر را تجربه کند.

### مراقبت آغوشی سبب آرامش بیشتر و کاهش بی قراری

نوزاد می شود: نوزاد نارس هنوز آن قدر تکامل پیدا نکرده است که بتواند تغییرات محیطی را که سبب ناراحتی او می شود، دفع یا

خنثی کند. بنابراین واکنش او در برابر این تغییرات به صورت افزایش ضربان قلب، تنفس سریع، تغییر رنگ پوست، اخم کردن و تکان دادن اندام ها ظاهر می شود. این پاسخ ها سبب افزایش مصرف انرژی در نوزاد می شود. مراقبت آغوشی بی قراری را کاهش داده و سبب حذف واکنش های فوق می گردد.

### مراقبت آغوشی باعث تنظیم ضربان قلب، تنفس و بهبود

### اکسیژن رسانی در نوزاد می شود:

تکان های تنفسی مادر از آپنه نوزاد جلوگیری می کند. پس از شروع مراقبت آغوشی سطح انتشار اکسیژن افزایش می یابد به نظر می رسد علت این پدیده، آرامش بیشتر نوزاد در آغوش والدین است.

### مراقبت آغوشی به ثبات متابولیکی (سوخت و ساز) نوزاد

### کمک می کند:

تماس پوست با پوست مادر و نوزاد پس از تولد باعث نگهداری قندخون نوزاد به میزان مورد نیاز او می گردد.

### مراقبت آغوشی به تنظیم دمای بدن نوزاد کمک می

### کند:

فضای بین دو پستان مادر می تواند در واکنش به سردی نوزاد بلافاصله از حد معمول گرم تر شده و باعث گرم شدن نوزاد گردد و در صورتی که نوزاد گرم تر از حد طبیعی باشد، سینه مادر بلافاصله سردتر شده، نوزاد را تا حد مطلوب سرد می کند. از این رو است که مراقبت سبب پایداری دمای بدن نوزاد شده و رشد و تکامل وی را تسریع می کنند. سینه ی مادر مانند ترموستات عمل می کند ۱ - ۲. درجه نوزاد را گرم یا سرد می کند.

### مراقبت آغوشی بر روی والدین تأثیر مثبت می گذارد:

مادران در طی مراقبت آغوشی استرس کمتری نسبت به مراقبت نوزاد خود در انکوباتور دارند تماس پوست با پوست را ترجیح داده و آن را سبب افزایش آرامش، اعتماد به نفس و احساس توانایی و رضایت خود می دانند.



موسسه خدمات درمانی البرز  
بیمارستان تخصصی البرز

## پمفلت آموزشی مراقبت آغوشی

منبع : کتاب مراقبت آغوشی تهیه  
و تدوین اداره سلامت نوزادان

کد مدرک : PT/۱۰۴۷/ED/۰۱

تدوین : واحد آموزش و ارتقاء سلامت - فروردین ۹۷

### نقش موثر پدر در مراقبت آغوشی:

پدر آگاه و مسئول در کنار همراهی با همسر خود می تواند علاوه بر حمایت عاطفی از مادر، با مشارکت خود در برقراری ارتباط با نوزاد و منظم کردن برنامه مراقبت آغوشی به خانواده خود کمک نماید اجرا در آورد

پدر می تواند در صورت نبود همسر و یا عدم توانایی شرکت در برنامه مراقبت آغوشی تماس با پوست را برای فرزند خود به تماس استوار و آرامش دهنده ی پدر، دستان گرم و محکم و آغوش او می تواند تأثیر روند تکمیلی این روش درمانی را افزایش و بهبود بخشد

### بهترین زمان برای انجام مراقبت آغوشی:

اگر چه بهتر است هر چه زودتر شروع شود ولی در شرایط خاص می توان بلافاصله بعد از تثبیت وضعیت نوزاد و تمایل مادر آموزش دیده انجام داد. در مورد نوزادان با بیماریهای شدید یا نیازمند درمان خاص باید تا بهبود نسبی آنها، انجام مراقبت آغوشی را به تأخیر انداخت. مراقبت آغوشی را می توان در حالی که نوزاد از طریق NGT تغذیه می شود یا زیر دستگاه تهویه مصنوعی است و یا تغذیه وریدی دریافت می کند، نیز انجام داد.

### آمادگی مادران برای شروع مراقبت آغوشی:

- ۱- آمادگی جسمانی و روانی مادر
- ۲- مادر آموزش دیده باشد
- ۳- مسئولیت این کار بر عهده پرستای یا مامائی آموزش دیده است
- ۴- اگر مادر سرماخوردگی یا سرفه داشته باشد باید ماسک بزند و دستهایش را با آب و صابون بشوید .
- ۵- حمام روزانه
- ۶- شستن صحیح دستها(بعد از دستشویی رفتن-بعد از تعویض پوشک -قبل از مراقبت آغوشی -قبل از تغذیه با شیرمادر)
- ۷- مادر خوب غذا خورده باشد.
- ۸- ممانه اش را خوب تخلیه کرده باشد

۹- مادر تب نداشته باشد

۱۰- از صندلی راحت برای این کار استفاده کند

شرکت در برنامه مراقبت آغوشی تماس با پوست را برای فرزند خود به تماس استوار و آرامش دهنده ی پدر، دستان گرم و محکم و آغوش او می تواند تأثیر روند تکمیلی این روش درمانی را افزایش و بهبود بخشد.

• زیرپایی داشته باشد(در صورت طولانی بودن زمان مراقبت بهتر است هرازگاه، بلند شده و به همراه

۱- هنگام مراقبت آغوشی، مادر باید سینه بند خود را درآورده و

لباس یا بلوز سبک و راحتی داشته ویا لباس مناسب مراقبت آغوشی( متناسب با شرایط بومی، راحتی مادر و حفاظت از

نوزاد)را بر تن نماید. نوزاد را داخل لباس و روی سینه قرارداد.

از یک پتو، ملافه یا پوشش گرم دیگری برای پوشاندن نوزاد استفاده کند تا نوزاد را گرم تر نگه دارد. البته استفاده از لباسهای محلی و لباسی که مادر در آن راحت است اشکالی ندارد، به شرطی که دستان او آزاد بوده و اجازه ی حرکت آسان به اطراف را طی تماس پوست با پوست فراهم کند.

در فواصل انجام مراقبت آغوشی سعی شود مادر آرامش داشته باشد ، ضمن تکان دادن پاهای خود، نرمش نموده و به تغذیه خود بیشتر توجه نماید.

### انواع مراقبت آغوشی:

- ۱- مداوم یا ۲۴ ساعته ۲
  - ۲- متناوب
  - ۳- ترکیبی از هر دو
- اولین مراقبت حداقل بین ۳۰ - ۶۰ دقیقه طول کشیده و یک بار در روز باشد. به تدریج طول مدت آن را به حداقل ۱ - ۳ ساعت و دفعات آن حداقل به ۳ بار در روز افزایش یابد.
- حداقل زمان مطلوب برای انجام مراقبت آغوشی یک ساعت است