

مراقبت آغوشی چیست؟

مراقبت آغوشی (مراقبت کانگورویی) نوعی روش مراقبت آسان، علمی و همراه با مهر مادر و پدر نوزاد است که طی آن نوزاد در تماس پوست به پوست مداوم در آغوش پدر و مادر نگهداری می شود. در حقیقت در کنار اقدامات پزشکی، بهترین و مؤثرترین کاری است که شما می توانید برای کمک به نوزاد خود انجام دهید. اقدامی کم هزینه و پرفایده که به نوزادان هدیه می کنید و با این کار رشد جسمانی و تکامل مغزی روانی وی را تضمین می نمایید.



آمادگی قبل از انجام مراقبت آغوشی:

با توجه به ثبات حال و شرایط نوزاد شروع اقدامات انجام مراقبت آغوشی صورت می گیرد.

1. مادر سالم قبل از شروع، آمادگی های شخصی مانند تخلیه مثانه را انجام دهد.

2. دمای بدن مادر اندازه گیری شود. در صورتی که در

محدوده نرمال و قابل قبول است مراقبت آغوشی

شروع شود.

3. دمای محیط مناسب باشد (حدود 21-24 درجه).

4. دمای زیر بغل نوزاد اندازه گیری شود و در صورتی

که در محدوده نرمال است مراقبت شروع شود.

5. وسایل مورد نیاز فراهم شود.

- ملحفه گرم
- صندلی راحتی یا تخت مناسب
- زیر پایی
- بالشک کوچک به تعداد نیاز برای راحتی مادر
- لباس مناسب مراقبت آغوشی
- کلاه، جوراب و پوشک جهت نوزاد
- آینه برای دیدن نوزاد



روش انجام مراقبت آغوشی:

1. نوزاد به صورت برهنه (به جز پوشک، جوراب و کلاه)

بر روی بدن بدون پوشش مادر یا پدر در حالت عمودی

سینه به سینه بین دو پستان قرار می گیرد، بطوری که سر

او به یک طرف برگردد و گردن در وضعیت تقریباً

کشیده به عقب نگاه داشته شود.

2. یک پارچه نخی طوری دور مادر یا پدر و نوزاد بسته

شود که قسمت فوقانی پارچه درست زیر گوش نوزاد

قرار گیرد. این کار راه هوایی را باز نگه می دارد و

باعث تماس چشم به چشم مادر و نوزاد می شود.

3. برای احساس راحتی مادر می توان یک ملحفه روی

نوزاد و مادر انداخت.

طول مدت KMC:

• تماس پوست به پوست را باید به تدریج شروع کرد.

بهرتر است اولین مراقبت حداقل 30-60 دقیقه طول

کشیده و یک بار در روز باشد. به تدریج مدت آن را به

حداقل 1 الی 3 ساعت و دفعات آن را حداقل به 3 بار

در روز افزایش دهید.

• از آنجا که برداشتن متعدد برای نوزاد خیلی

استرس آور است، ترجیحاً از انجام مراقبت آغوشی به

طور معمول کمتر از یک ساعت خودداری شود.

• وقتی که مادر می خواهد از نوزاد جدا شود، سایر

اعضای خانواده هم می تواند کمک کنند و تماس

پوست به پوست مراقبت آغوشی را انجام دهند.

• در اوایل شاید انجام مراقبت آغوشی طولانی مدت

برای مادر مقدور نباشد، مادر را به افزایش دفعات و

طولانی تر کردن آن تشویق نمایند.

دانشکده علوم پزشکی ساوه



بیمارستان تخصصی زنان و زایمان هفده شهریور



مراقبت آغوشی

Kangaroo Mother Care "KMC"

گروه آموزشی سلامت به مددجو

آدرس: خیابان مطهری-میدان مدرس-مجتمع
بیمارستانی 17 شهریور و مدرس

تلفن: 086-42222042

پست الکترونیک: h17shahrivar@yahoo.com

بهبود رشد: در مراقبت آغوشی نوزاد از وزن گیری بهتری بهره خواهد برد.

تأثیر روحی-روانی: نه تنها به بهبود وضعیت روحی و روانی نوزاد بلکه به والدین نیز در این زمینه کمک می کند. پدران نیز هنگام انجام KMC احساس آرامش، راحتی و دلبستگی بیشتری می کنند. این نوزادان در آینده به افرادی با شخصیت اجتماعی مثبت تر تبدیل خواهند شد.



مزایای مراقبت آغوشی جهت نوزاد:

تغذیه با شیر مادر: موجب افزایش تغذیه انحصاری با شیر مادر و افزایش تولید شیر مادر می گردد.

کنترل حرارت: سبب حفظ بیشتر دمای طبیعی بدن نوزاد و پیش گیری از هایپوترمی و گرم شدن بهتر و طبیعی تر نوزاد می شود.

کاهش مشکلات نوزاد: مراقبت آغوشی باعث کاهش استفراغ و گریه نوزاد می شود.

تأثیر مثبت بر حواس پنجگانه: مراقبت آغوشی 5 حس اصلی در نوزاد را تقویت می کند. نوزاد حرارت بدن مادرش را از طریق تماس پوست به پوست حس می کند (لامسه)، به صدای مادر و تپش قلب او گوش می دهد (شنوایی)، پستان مادرش را می مکد (چشایی)، با مادر تماس چشمی دارد (بینایی)، بوی مادر را حس می کند (بوایی).