

## برقراری تماس پوست با پوست مادر و نوزاد:

برقراری تماس پوستی بلافاصله پس از زایمان و شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اول تولد موجب ثبات فیزیولوژیک و متابولیک نوزاد؛ بهره مندی از منافع آغور؛ برقراری پیوند عاطفی (BONDING) مادر و نوزاد؛ موفقیت و استمرار بیشتر در تغذیه با شیر مادر و تضمین سلامت کودک و درنهایت پیشگیری از ۱ میلیون موارد مرگ و میر نوزاد در جهان می گردد.

## وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد:

### الف- زایمان طبیعی:

- برای هر مادر از آغاز لیبر تا پایان ساعت اول تولد باید یک نفر ماما اختصاص یابد. لازم است این فرد دوره آموزشی مراقبت ساعت اول تولد/ مشاوره شیردهی و احیای نوزاد را گذرانده باشد.
- قبل از انجام زایمان در مورد اهمیت تماس پوست با پوست مادر و نوزاد؛ با مادر گفتگو شود.
- دمای اتاق زایمان ۲۸-۲۵ درجه سانتی گراد و بدون کوران و محیط اطراف مادر آرام باشد.

- مادر از لباس جلو باز استفاده کند تا برقراری تماس پوستی براحتی انجام شود و همچنین از آزادی کامل جهت تحرک؛ خوردن و آشامیدن و حفظ محرومیت و داشتن همراه آموزش دیده برخوردار باشد.

- بلافاصله پس از خروج نوزاد از رحم او را در ابتدا به صورت دمر به روی شکم مادر قرار داده و همچنان که روی شکم مادر قرار دارد به خشک کردن او ادامه دهید و سر نوزاد را ترجیحا با کلاه بپوشانید.

خشک کردن نوزاد با پارچه گرم و خشک؛ از سر به طرف تنه و اندام ها به استثنای دست ها (از مچ به پایین) و بدون صدمه به ورنیکس انجام شود.

- از گذاردن لوله در دهان یا بینی نوزاد به منظور تخلیه محتویات معده؛ بدون اندیکاسیون علمی اجتناب کنید.
- بند ناف را همچنان که لخت است کمی به طرف بالاتر روز قفس ینه مادر بین پستان هایش قرار دهغنرمید. مادر و نوزاد را با هم بوسیله پتوی گرم؛ نرم؛ تمیز و لطیف بپوشانید تا تماس پوستی آن ها ادامه یابد و گرمای بدن مادر و نوزاد حفظ شود.

- به منظور تماس چشمی مادر و نوزاد سر مادر کمی بالاتر قرار گیرد. فاصله کانونی دید نوزاد ۱۹ سانتی مرد است لذا با قرار گرفتن در این فاصله؛ قادر به دیدن صورت مادر می باشد.
- در تمام طول مدت تماس (به مدت یک ساعت) سلامن نوزاد؛ تنفس و دمای بدن او را هر ۱۵ دقیقه یکبار کنترل و ثبت کنید.
- جنانچه نوزاد علائم آمادگی شروع تغذیه مانند حرکات سر به طرفین؛ باز کردن دهان؛ دست به دهان بردن؛ ملج و ملوج کردن و خروج بزاق از دهان را نشان داد او را در گرفتن پستان کمک کنید و سر وی را به پستان مادر نزدیک نمایید.
- از استخدام نوزاد در ۶ ساعت اول تولد (ترجیحا در ۲۴ ساعت اول) اجتناب کنید.



## راهنمای آموزش بیماران

### تماس پوست به پوست مادر و نوزاد در ساعت اول تولد



واحد آموزش پرستاری

۲. نوزاد را به طور مایل و دمر به روی قفسه سینه مادر بگذارید به طوری که ضمن تسهیل تماس چشم در چشم مادر و نوزاد؛ سرش در نزدیک پستان طرف مقابل باشد و دهان نوزاد در تماس با نوک پستان مادر قرار بگیرد.

در دو حالت فوق یک ماما که از مادر و نوزاد مراقبت کند الزامی است و مادر و نوزاد نباید تنها باشند.

پس از اتمام عمل جراحی؛ مادر و نوزاد در حالی که هر دو با لباس گرم پوشانیده شده اند به اتاق ریکاوری و سپس بخش پس از زایمان منتقل شوند و ضمن ادامه تماس پوستی؛ تغذیه با شیر مادر توسط ماما یا مشاور شیردهی ادامه یابد.

مرکز آموزشی درمانی امام  
سجاد (ع)

ياسوج، بلوار ساحلی، خیابان شهید  
جلیل

۰۷۴۳۳۲۲۰۱۶۳-۱۶۵

- مراقبت هایی مانند تزریق ویتامین k و واکسن؛ گرفتن اثر کف پا؛ مراقبت از چشم؛ توزین و سایر اندازه گیری ها و اقدامات غیرفوری دیگر حداقل به بعد از اتمام اولین تغذیه با شیر مادر و یا ترجیحا پس از ساعت اول تولد موکول شود.

- در طول یک ساعت اول پس از زایمان؛ مادر و نوزاد را در اتاق زایمان یا **post partum** نگهداری نمایید سپس همزمان به بخش پس از زایمان منتقل شوند.

### سزارین با بی حسی ناحیه ای:

پس از ساکشن دهان و بینی و قطع بندناف و خشک کردن نوزاد چنانچه مادر و نوزاد از وضعیت پایداری برخوردارند به منظور تسهیل در انجام تماس چشم در چشم و پوست با پوست مادر و نوزاد و گرفتن پستان؛ ضمن ادامه عمل جراحی به یکی از دو روش زیر عمل شود:

۱. نوزاد را از طرف زیر بغل یا شانه مادر یعنی از سمت متخصص هوشبری طوری در تماس پوست با پوست مادر قرار دهید که قفسه سینه نوزاد در