



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان  
مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی  
۱۷ شهریور رشت

## با "مراقبت آغوشی" (۱.۵.ام.سی) در نوزادان آشنا شوید



تهیه شده در: کمیته آموزش سلامت بخش NICU

تحت نظارت: سوپروایزر آموزش سلامت

نیر ۱۴۰۳

با آرزوی سلامتی برای شما و فرزند دلبدتان برای کسب اطلاعات و پیگیری، اطلاعات تماس مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی هفده شهریور رشت به شرح ذیل می باشد:

آدرس: رشت، خیابان نامجو، خیابان شهید سیادت، ضلع جنوبی پارک شهر، مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی ۱۷ شهریور رشت

شماره تماس بیمارستان (NICU):

۰۱۳-۳۳۳۶۹۳۹۱-۳۳۳۶۹۰۴۴-(۲۷۰)

آدرس صفحه "آموزش به بیمار" بیمارستان:

<https://17shahrivar.gums.ac.ir>



منبع:

۱- ارشادمش ماشاله. ۱۳۹۰. مراقبت مادرانه آغوشی، اداره سلامت نوزادان دفتر سلامت خانواده، جمعیت و مدارس وزارت بهداشت تبریز، ناشر ایده پردازان فن و هنر، ص ۳۵-۲۰.

۲- حیدرزاده محمد. ۱۳۹۴. مراقبت آغوشی همراه با فیلم آموزشی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، انتشارات پژواک، آرمان ۴-۴۲.

- یک دست خود را پشت گردن، شانه و دست دیگر زیر باسن نوزاد قرار گیرد.
- مادر در حالت نشسته و یا تکیه داده به تختخواب یا صندلی در حالی که بدن خود را اندکی به عقب خم کند، قرار بگیرد.
- دمای بدن نوزاد بین ۳۷-۳۶/۵ درجه ی سانتیگراد حفظ شود.

### مدت زمان اجرای مراقبت آغوشی چقدر است؟

تماس پوست با پوست را تدریجی افزایش دهید یعنی حداقل ۲۰ تا ۳۰ دقیقه یکبار در روز و سپس به تدریج ۱ تا ۳ ساعت تا سه مرتبه در روز افزایش داده تا به صورت مداوم یا چندین بار در روز انجام دهید.

### مراقبت آغوشی تا چه زمانی باید انجام شود؟

تا زمانی که سن حاملگی به حدود چهل هفتگی یا وزن ۲۵۰۰ گرم برسد.

### توصیه های خودمراقبتی

.....

.....

.....

## روش انجام مراقبت آغوشی چگونه است؟

- نوزاد برهنه را در وسط سینه خود که برهنه است قرار دهید.
- نوزاد باید در میان پستانها، و سینه ی نوزاد روی سینه ی والدین قرار گیرد و سر به یک طرف چرخانده شود، تا گردن مستقیم و کمی به طرف عقب نگهداری شود.
- زانو و ران های نوزاد باید خم و از بدن دور شود و شکل پاها مانند پاهای قورباغه قرار گیرد. آرنج ها هم باید خم شوند.
- جهت حفظ دمای بدن نوزاد پوشش نازکی روی پشت نوزاد قرار دهید.
- سر را به یک طرف و گردن را کمی حالت کشیده به عقب نگه دارید.
- به باز بودن راه هوایی توجه داشته باشید.



مراقبت آغوشی

## آیا می دانید مراقبت آغوشی چه زمانی شروع می شود؟

به شرایط مادر و نوزاد بستگی دارد. زمانی که نوزاد شما نیاز به مراقبت پزشکی دارد این مراقبت به صورت جلسات کوتاه شروع می شود. و در طول درمان با توجه به شرایط بهبودی نوزادتان ادامه می یابد و می تواند در تمام طول شبانه روز اجرا شود.

## چه نکاتی قبل از اجرای مراقبت آغوشی باید رعایت

شود؟



- روزانه حمام کنید.
- قبل از شروع مراقبت، حتما دستشویی بروید.
- قبل از شروع مراقبت غذایتان را میل نمائید.
- پوشک نوزاد را تعویض نمائید.
- دستهایتان را بشوئید.
- دمای اتاق حدود ۲۴-۲۲ درجه سانتی گراد باشد.

## چه وسایل برای شروع مراقبت آغوشی نیاز است؟

- تخت یا صندلی با پشتی مناسب
- لباس راحت و جلو باز برای مادر
- کلاه و جوراب و پوشک برای نوزاد
- ملحفه برای پوشش نوزاد

والدین گرمی، مطالب زیر جهت افزایش آگاهی شما در رابطه با مراقبت آغوشی می باشد لطفاً به نکات زیر توجه فرمایید:

## مراقبت آغوشی (مراقبت کانگرویی) چیست؟

یک روش طبیعی می باشد که نوزاد به طور برهنه و عمودی بر روی سینه مادر یا پدر و تماس مستقیم پوست به پوست با ایشان قرار می گیرد.

## چه نوزادانی به مراقبت آغوشی نیاز دارند؟

این مراقبت برای نوزادان با وزن بالای ۱۲۰۰ گرم و کمتر از ۲۵۰۰ گرم توصیه می شود.

## مزایای مراقبت آغوشی چیست؟

- برقراری ارتباط عاطفی بین مادر و نوزاد
- تنظیم دمای بدن نوزاد
- تنظیم ضربان قلب، تنفس و بهبود اکسیژن رسانی در نوزاد
- آرامش و کاهش بی قراری نوزاد
- خواب طولانی و عمیق نوزاد
- بهبود تغذیه با شیر مادر و افزایش شیر مادر
- وزن گیری سریع نوزاد
- تحریک حواس پنجگانه نوزاد
- آرامش و افزایش اعتماد به نفس و رضایت والدین
- افزایش احتمال ترخیص زودتر نوزاد
- قابل اجرا در بیمارستان و در منزل