

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

وبینار مراقبت آغوشی

کیانا رضایی کارشناس ترویج تغذیه با شیرمادر

مراقبت آغوشی

- ▶ همه ساله حدود ۲۰ میلیون نوزاد با وزن پایین (LBW) متولد میشوند.
- ▶ ۹۶.۵٪ مربوط به کشورهای در حال توسعه میباشد.
- ▶ تولد نوزاد نارس به میزان قابل توجهی با مرگ و میر نوزادان ارتباط دارد.
- ▶ مراقبت از چنین نوزادانی، باری سنگین بر سیستم های اجتماعی و بهداشتی جامعه است.

▶ لذا مراقبت آغوشي مادر و نوزاد (KMC) که در آن نوزاد در تماس پوستي با مادر مراقبت مي شود به عنوان جایگزینی مناسب برای مراقبت انکوباتوري از نوزادان نارسى که بر مشکلات اولیه فائق آمده اند، معرفی شد.



تحرکات مثبت در طی مراقبت آغوشی

- ▶ تمامی والدین باید ماساژ نوزاد را از طریق کتاب، فیلم آموزشی، کلاس و کارگاه ماساژ آموزش ببینند.
- ▶ دستور العمل ماساژ نوزاد باید در بخش مراقبت ویژه نوزادان و بخش نوزادان تحت نظر در اختیار تمامی مادران قرار گیرد.



ماساژ نوزاد بر اساس شرایط بالینی:

► نوزاد زیر تهویه مکانیکی با شرایط بالینی ناپایدار:

- مادر دستان خود را با روغن آفتابگردان، بادام، زیتون، یا نرم کننده های ملایم آغشته کرده، بر روی بدن نوزاد به آرامی و بدون فشار زیاد قرار دهد.

- مادر می تواند اندام نوزاد خود را به آرامی نوازش کند، به گونه ای که حالت نوزاد و رنگ پوست آن تغییری نکند.

ماساژ نوزاد بر اساس شرایط بالینی:

▶ **نوزاد زیر تهویه مکانیکی با شرایط بالینی پایدار:**

- ▶ مادر دستان خود را با روغن آفتابگردان، بادام، زیتون، یانرم کننده های ملایم آغشته کرده، از بالا به پایین، سر، دست ها اندام فوقانی، سینه، شکم و سپس پاها را به آرامی ماساژ دهد.
- ▶ میزان فشار باید به گونه ای باشد که در وضعیت نوزاد تغییری به وجود نیامده، بر روی پوست نوزاد تغییر رنگ ناشی از فشار انگشتان مشاهده نشود.

ماساژ نوزاد بر اساس شرایط بالینی:

► نوزاد با شرایط بالینی پایدار که زیر دستگاہ تهویه مکانیکی نیست:

- ماساژ و نوازش کل بدن از بالا به پایین به مدت ۵ دقیقه

- ضربه زدن ملایم با یک انگشت بر روی اندام ها و تنه نوزاد از بالا به پایین به مدت ۵ دقیقه.

- نرمش دادن به اندام ها و تغییر وضعیت نوزاد به مدت ۵ دقیقه

«ماساژ نوزادان نارس باید به شکل نوازش و لمس پوستی بسیار ملایم انجام شود، در غیر این صورت می تواند برای نوزاد، استرس آور باشد».

آماده کردن نوزاد برای ترخیص در طی مراقبت آغوشی

▶ معیارهای کلی ترخیص:

- ❖ تغذیه خوب باشد و بطور انحصاری یا غالب شیرمادر بخورد.
- ❖ وزن گیری به میزان حداقل ۲۰ - ۱۵ گرم در روز برای حداقل ۳ روز متوالی داشته باشد.
- ❖ دمای بدن نوزاد حداقل برای ۳ روز متوالی در دمای اتاق، مناسب باشد.
- ❖ مادر و اعضای خانواده اعتماد به نفس، توانایی و مهارت لازم برای ادامه مراقبت در منزل را داشته باشند و از عهده معاینات پس از ترخیص برآیند.

ترخیص نوزاد با وزن حداقل ۱۵۰۰ گرم

▶ حال عمومی نوزاد خوب باشد و هیچ گونه مشکلی مثل عفونت نداشته باشد.

▶ نوزاد به خوبی تغذیه کند.

▶ هماهنگی بین مکیدن، بلع و تنفس نوزاد وجود داشته باشد.

▶ مشاوره های جداگانه برای مادران خاص مثل چندقلویی و... انجام شده باشد.

▶ تغذیه انحصاری یا غالب شیرمادر باشد.

▶ وزن گیری مناسب نوزاد در مراقبت آغوشی وجود داشته باشد.

ترخیص نوزاد با وزن حداقل ۱۵۰۰ گرم

- ▶ تغذیه نوزاد خوب باشد و بطور مستقیم شیر از پستان مادر یا شیردوشیده شده بخورد.
- ▶ مادر تمایل به مراقبت آغوشی داشته باشد و آموزشهای لازم برای والدین صورت گرفته باشد.
- ▶ دمای مناسب و تنظیم شده ای در وضعیت مراقبت آغوشی ثبت گردد.
- ▶ انجام معاینات منظم برای والدین امکان پذیر باشد.
- ▶ شرایط خانه نیز برای ادامه مراقبت آغوشی موفق، بسیار اهمیت دارد. مادر باید به خانه گرم و سرشار از حمایت خود بازگردد. باید او را در انجام کارهای خانه، شیردهی به نوزاد، مراقبت آغوشی یاری و حمایت کرد.

مطمئن شوید که مادر می داند و قادر است:

- ▶ چگونه تماس پوست با پوست را برقرار کند.
- ▶ وقتی نوزاد در وضعیت مراقبت آغوشی نیست، برای گرم نگه داشتن، او را چگونه بپوشاند.
- ▶ چگونه نوزاد را حمام کند و او را پس از حمام گرم نگه دارد.
- ▶ چگونه پاسخگوی نیازهای نوزاد باشد (دست و پای نوزاد سرد ← افزایش مدت تماس پوست با پوست)

مطمئن شوید که مادر می داند و قادر است:

- ▶ چگونه در طول شبانه روز به نوزاد شیر بدهد. (توانایی دوشیدن شیر، تغذیه با فنجان، قاشق، سرنگ و...)
- ▶ چه زمانی و کجا برای پیگیری بالینی نوزاد و معاینات مراجعه نماید.

معاینات نوزاد

- ▶ بطور کلی نوزاد تا سن ۳۷ تا ۴۰ هفتگی هر هفته یا ۲ هفته یکبار معاینه گردد (نوزادان کوچکتر در زمان ترخیص نیاز به معاینه های بیشتری دارند)
- ▶ تا سن ۳ ماهگی هر ۲ تا ۴ هفته یکبار
- ▶ سپس با فاصله ۱ تا ۲ ماه در طی سال اول.

پیگیری نوزادان نارس با مراقبت آغوشی

- ▶ نوزادان با وزن کمتر از ۱۵۰۰ گرم هر دو روز یک نوبت
- ▶ نوزادان با وزن بین ۱۵۰۰ تا ۱۸۰۰ گرم هر هفته یک نوبت
- ▶ نوزادان با وزن بین ۱۸۰۰ تا ۲۵۰۰ گرم هر ۲ هفته یک نوبت
- ▶ نوزادان با وزن بالاتر از ۲۵۰۰ گرم:
- ▶ ۲ هفته یکبار تا سه ماهگی
- ▶ ۱ ماه یکبار تا ۶ ماهگی
- ▶ هر ۲ ماه یکبار تا ۲ سالگی
- ▶ هر ۶ ماه یکبار ۲ تا ۳ سالگی
- ▶ هر سال بعد از ۳ سالگی

در صورت بروز علائم زیر، مادر سریعاً به بیمارستان مراجعه نماید

- ▶ به خوبی شیر نمی خورد، یا استفراغ می کند.
- ▶ بی قرار و حساس شده، بی حال یا بیهوش است.
- ▶ با وجود دمای مناسب اتاق و پوشش مناسب نوزاد، دمای بدن بالاتر از ۳۷.۵ است.
- ▶ با وجود دمای مناسب و پوشش مناسب، دمای بدن کمتر از ۳۶.۵ است.
- ▶ تشنج دارد.
- ▶ مشکل تنفسی دارد
- ▶ اسهال، سیانوز، زردی، رنگ پریدگی و... دارد.

مراقبت اغوشی در منزل

- ▶ نوزادان پس از رفتن به خانه عاشق تماس پوست با پوست با مادرشان هستند.
- ▶ ادامه تماس پوستی تا وقتی نوزاد آن را پس نزده
- ▶ مشارکت سایر اعضا خانواده.
- ▶ در صورت توانمندی مادر، حداقل یکساعت مراقبت اغوشی در شبانه روز انجام شود.



نکات قابل توجه در مراقبت آغوشی در منزل

- ▶ مادر به اندازه کافی استراحت کند.
- ▶ دمای اتاق برای نوزادان ترم ۲۲ تا ۲۱ و برای نوزادان نارس ۲۲ تا ۲۴ درجه سانتیگراد باشد.
- ▶ مادر همزمان میتواند کارهای روزمره خود را انجام دهد.
- ▶ مادر نیاز به محیط آرام و رابطه عاطفی مناسب با همسر و سایر اعضای خانواده دارد.

نکات قابل توجه در مراقبت آغوشی در منزل

- ▶ مادر در منزل به دلیل کسب آرامش، تشویق به انجام حرکات ورزشی و آرام سازی ذهن شود.
- ▶ مادر باید با روش های مختلف شیردهی نوزاد نارس آشنا باشد و مهارت های لازم را در بیمارستان کسب کرده باشد.
- ▶ مادر در حالت نشسته و نیمه خوابیده می تواند مراقبت آغوشی را انجام دهد. (با استفاده از تخت یا صندلی)

مزایای مراقبت آغوشی نوزادان در منزل

- ▶ خواب طولانی تر و عمیق تری دارند.
- ▶ صداها و فعالیت های سایر افراد خانواده را بهتر تحمل می کنند.
- ▶ در آینده کودکان آرام تر و مهربان تری می شوند و شخصیت متعادل تری خواهند داشت.
- ▶ تغذیه انحصاری با شیر مادر، بهتر و طولانی تر می شود.
- ▶ ریفلکس (برگشت شیر از معده به مری) کمتری خواهند داشت.

زمان خاتمه مراقبت آغوشی در منزل

- ▶ زمان خاتمه مراقبت آغوشی را خود نوزادان معین می کند.
- ▶ رسیدن به وزن ۲۵۰۰ گرم و بالاتر
- ▶ حرکاتی مانند تکان خوردن، بی قراری و تلاش نوزاد برای خارج کردن اندام های خود