

**\*در زایمان طبیعی تماس پوستی بلافاصله پس از تولد و ادامه تماس پوستی به مدت یکساعت یا بیشتر در اتاق زایمان ادامه می یابد و در زایمانهای به روش سزارین قرار دادن نوزاد در تماس پوستی با مادر ضمن ادامه عمل جراحی و ادامه تماس پوستی به مدت یکساعت یا بیشتر در ریکاوری ادامه می یابد.**

**\*جهت برقراری تماس چشمی شما با نوزاد در زایمان طبیعی سر مادر کمی بالاتر قرار میگیرد و قرار دادن نوزاد تخت روی قفسه سینه مادر با فاصله مناسب از صورت مادر (حداقل فاصله کانونی برای مشاهده صورت مادر ۱۹ سانتی متر میباشد) .**



- ۲- تحکیم روابط عاطفی مادر و نوزاد: (باعث میشودمراقبت از نوزاد دلپذیرتر و مطلوبترشود و احتمال کاهش یابد ودر نهایت منجر به تسریع روند رشد جسمی ،ارتقا تکامل و شکوفایی استعدادهای بالقوه کودک میگردد و در سنین بالاتر نیز نقش بسزایی دارد.
- ۳- گرم نگهداشتن نوزاد و پیشگیری از هیپوترمی.
- ۴- باعث ثبات ضربان قلب و تنفس نوزاد میشود.
- ۵- ثبات قندخون و اصلاح سریعتر اسیدپته خون.
- ۶- کاهش گریه و مصرف انرژی نوزاد.
- ۷- کلونیزا سیون روده نوزاد با باکتریهای مادر(زیرا مادر اولین کسی است که کودک را در کنار خود دارد نه پرستار پزشک یا شخص دیگری که ممکن است سبب کلونیزا سیون باکتریهای آنها در بدن نوزاد شود).
- ۸- تاثیر بر تداوم موفق شیردهی و تولید شیر کافی برای تغذیه بعدی و پیشگیری از کاهش قند نوزاد.
- ۹-رفلکس مکیدن نوزاد را که طی یکساعت اول تولد بسیار قوی است تحریک نموده و به انقباض رحم و خروج جفت و کاهش خونریزی مادر کمک میکند.
- ۱۰- شروع تغذیه با شیر مادر طی یک ساعت اول تولد اولین و حیاتی ترین گام برای کاهش مرگ ومیر شیر خوران و کودکان است .



تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله بعد از تولد و شروع تغذیه با شیر مادر، گرچه با هم مرتبط هستند اما هر کدام به صورت مستقل از اهمیت خاصی برخوردارند به طوریکه گفته میشود حتی اگر مادر قصد شیر دهی ندارد مادر و نوزاد باید از این تماس بهره مند شوند.مادر و نوزاد پس از تولد نباید از هم جدا شوند بلکه باید بطور مداوم همراه هم باشند و نوزاد مجاز باشد به محض آمادگی پستان مادر را بگیرد (مگر به دلایل پزشکی غیر قابل اجتناب) .

### **فواید تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله پس از تولد:**

۱-شروع تغذیه با آغوز و تغذیه انحصاری با شیرمادر: (آغوز یا کلاستروم برای نوزاد بسیار مغذی است.نیاز غذایی نوزاد در هنگام تولد خیلی کم و مقدار آغوز برای تامین نیازهای او کافی است.حجم معده نوزاد در روز اول حدود ۵-۷سی سی یعنی به اندازه یک تیله بزرگ است و متوسط دریافت شیر در هر نوبت تغذیه معمولاً ۲-۱۰سی سی کافی است.حجم معده نوزاد در روز سوم به ۲۲-۲۷ سی سی یعنی به اندازه توپ پینک پنگ میرسد در روز دهم به اندازه یک تخم مرغ بزرگ ۶۰-۸۱سی سی میشود وهرچه سن نوزاد بیشتر شود حجم معده بزرگتر شده و تولیدشیر با تغذیه مکررشیرخوار از هر دو پستان افزایش مییابد.)



بیمارستان فوق تخصصی فرمانیه

## تماس پوست با پوست مادر و نوزاد ساعت اول تولد



تاریخ تدوین: تابستان ۱۳۹۹

تاریخ بازنگری: تابستان ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۳

تهیه کننده: واحد آموزش

\*در طول مدت برقراری تماس پوست با پوست، شما و

نوزادتان در یک پتو پوشیده شده اید.



\*کارکنان قبل از انجام زایمان در مورد اهمیت و چگونگی

تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله پس از تولد و

شروع شیر مادر در ساعت اول با شما صحبت مینمایند.



□مراقبتهایی مثل تزریق ویتامین ک-واکسن و توزین  
بعد از اتمام اولین تغذیه با شیر مادر و یا ترجیحا پس از  
ساعت اول در حضور شما انجام میشود.

□ معاینه پزشک توسط متخصص اطفال در حضور شما  
انجام میشود.

□استحمام نوزاد بعد از ۶ ساعت اول تولد و ترجیحا تا  
۲۴ ساعت بعد از تولد نوزاد انجام میگردد.

□علائم آمادگی نوزاد برای شروع تغذیه با شیر مادر به  
این ترتیب میباشد:

حرکات سر به طرفین-باز کردن دهان-دست به دهان  
بردن-ملج و ملوچ کردن-خروج بزاق از دهان.

