

جہانم خانا



دستور العمل کشوری "برقراری تماس پوست با پوست مادر و نوزاد"

و

شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اول پس از تولد"

- ۱- فوائد تماس پوستی مادر و نوزاد؟
- ۲- در چه زمانی و در چه نوع از زایمانی صورت بگیرد؟
- ۳- چه مدت زمانی این تماس برقرار شود؟
- ۴- آیا در منزل هم ادامه یابد؟
- ۵- حین زایمان طبیعی نوزاد را در کجا قرار دهیم؟
- ۶- در سزارین نوزاد را در کجا قرار دهیم؟
- ۷- آیا بند ناف را قطع کنیم؟
- ۸- آیا بدن نوزاد را پاک کنیم؟
- ۹- آیا بدن مادر را تمیز کنیم؟

۱۰- آیا علایم حیاتی نوزاد را چک کنیم؟

- ۱۱- اگر مادر بیهوش باشد انجام بدهیم؟
- ۱۲- در چه مواردی اصلاً انجام نمی دهیم؟
- ۱۳- کمترین زمانی که تماس را باید برقرار کنیم تا موثر باشد چه میزان است؟
- ۱۴- آیا تماس پوستی در مکیدن بهتر نوزاد نقش دارد؟
- ۱۵- حجم معده نوزاد در روزهای اول؟
- ۱۶- میزان شیر مورد نیاز در هر وعده در روزهای اول؟
- ۱۷- مزایای تغذیه با شیر مادر در ساعات اولیه چیست؟
- ۱۸- فواید آغوز چه میباشد؟
- ۱۹- چهار نکته که نوزاد پستان را بدرستی گرفته است چه میباشد؟
- ۲۰- دو هورمون اصلی برای فرایند تولید و تداوم شیردهی؟



با توجه به اهمیت برقراری به موقع
تماس پوست با پوست مادر و نوزاد
و شروع تغذیه با شیر مادر در
ساعت اول تولد، وزارت بهداشت
مصمم است دستورالعمل مراقبت
ساعت اول را در تمام بیمارستان
های دوستدار کودک کشور و برای
همه نوزادان سالم که بعد از ۳۷
هفته به دنیا می آیند به اجرا
درآورد.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (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. وی مسئول حسن اجرای موارد زیر است:

■ قبل از انجام زایمان، حداقل چند دقیقه در مورد اهمیت و چگونگی "تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله پس از تولد و شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اول تولد نوزاد" با مادر گفتگو کند.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

□ شرایط اتاق زایمان:

■ دمای ۲۵-۲۸ درجه سانتیگراد و بدون کوران،

■ نور ملایم اتاق تا هیچ نوری مانع تماس چشم با چشم مادر و نوزاد
نشود،

■ محیط اطراف مادر آرام باشد و سر و صدا و شلوغی آرامش مادر را
به هم نزند.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

■ مادر از لباس جلو باز استفاده کند.

■ مادر در اتاق زایمان از آزادی عمل کافی جهت تحرک، خوردن و آشامیدن و حفظ حریمیت و داشتن همراه آموزش دیده برخوردار باشد.

■ از زمان بستری تا قبل از اولین تغذیه پستانی، از شستشوی پستان اجتناب کنید تا بوی ترشحات غدد اطراف نوک پستان مادر که جلب کننده نوزاد به طرف پستان است حفظ شود.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

■ حتی الامکان از اقدامات تهاجمی مانند **Stimulation**، **Induction** و وصل کردن سرم اجتناب کنید و از انجام اپیزیوتومی و زایمان در وضعیت لیتوتومی به طور روتین پرهیز نمایید.

■ در صورت انجام اپیزیوتومی و یا نیاز به ترمیم پرینه، هم زمان با ترمیم آن از برقراری تماس پوست با پوست مادر و نوزاد اطمینان حاصل نمایید.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

■ در زایمان طبیعی تسریع نشده به شرط آن که نوزاد رسیده باشد و به خوبی نفس کشیده و گریه نماید، به طور روتین نیازی به ساکشن دهان و بینی نیست (در زایمان تسریع شده ساکشن مورد نیاز است).

■ بلافاصله پس از خروج نوزاد از رحم، او را در ابتدا به صورت دمر روی شکم مادر قرار داده و ضمن خشک کردن نوزاد، سلامت وی را سریعاً ارزیابی کرده و نیاز به احیا را بررسی کنید.





وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

- چنان چه نوزاد سالم است و نیاز به احیا ندارد، هم چنان که روی شکم مادر قرار دارد به خشک کردن او ادامه داده و سر نوزاد را ترجیحاً با کلاه بپوشانید.
- خشک کردن نوزاد با پارچه گرم و خشک، از سر به طرف تنه و اندام ها و بدون صدمه به ورنیکس انجام شود.
- چنان چه شرایط فوق دقیقاً اجرا شود این نوزادان برای گرم یا خشک کردن نیاز به وارمر ندارند.
- در صورتی که نوزاد نیازمند احیا باشد، مطابق پروتکل احیا عملیات احیای نوزاد را انجام دهید.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

■ از گذاردن لوله در دهان یا بینی نوزاد به منظور تخلیه محتویات معده، بدون اندیکاسیون علمی اجتناب نمایید.

□ اندیکاسیون های علمی:

■ ترشح فراوان بزاق از دهان

■ دیسترس تنفسی

■ گرفتگی شدید بینی

■ نیاز به عملیات احیا

■ تهویه با فشار مثبت از طریق ماسک یا لوله تراشه

■ صلاح دید پزشک متخصص

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

- بند ناف را یک دقیقه پس از تولد در ۲ و ۵ سانتی متری آن کلامپ بزنید و بین آن دو را با قیچی استریل قطع کنید.
- نیازی به استفاده از ماده ضد عفونی کننده (الکل، بتادین...) و بانداژ نیست.



وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد



■ نوزاد را هم چنان که لخت است کمی به طرف بالاتر روی قفسه سینه مادر بین پستان هایش قرار دهید طوری که چشمان او در سطح نوک پستان مادر باشد.

■ مادر و نوزاد را با هم به وسیله پتوی گرم، نرم، تمیز و لطیف بپوشانید تا تماس پوستی آنان ادامه یافته و گرمای بدن مادر و نوزاد حفظ شود.

■ اگر مادر احساس سرما می کند، می توانید از وارمر استفاده کنید (در فاصله مناسب از مادر و نوزاد و بالای تنه مادر باشد).



وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد

- به منظور تماس چشمی مادر و نوزاد، سر مادر کمی بالاتر قرار گیرد (فاصله کانونی دید نوزاد ۱۹ سانتی متر است و با قرار گرفتن در این فاصله، قادر به مشاهده صورت مادر می باشد). در این حالت، مادر می تواند ناظر حرکات و توانائی های او هم باشد و به محض آمادگی نوزاد او را شیر بدهد.
- در تمام مدت تماس (به مدت یک ساعت) سلامت نوزاد، تنفس و دمای بدن او را هر ۱۵ دقیقه یک بار کنترل و ثبت کنید.
- مراقب باشید نوزاد در مدت تماس با مادر به طور مناسب نگه داری شده و سقوط نکند.
- کنترل علائم حیاتی مادر و مراقبت روتین وی را انجام دهید.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

■ به طور معمول نوزادان تازه متولد شده، طی ساعت اول تولد پستان مادر را جستجو کرده و به دهان می گیرند.

■ چنان چه نوزاد علائم آمادگی شروع تغذیه (حرکات سر به طرفین، باز کردن دهان، دست به دهان بردن، ملچ و ملوچ کردن و خروج بزاق از دهان) را نشان داد، او را در گرفتن پستان کمک نمایید و سر وی را به پستان مادر نزدیک کنید.



اگر علی رغم کمک کردن، تغذیه با
شیر مادر تا یک ساعت انجام نشد،
سلامت نوزاد و مشکلات احتمالی
پستان مادر بررسی شود.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (زایمان طبیعی)

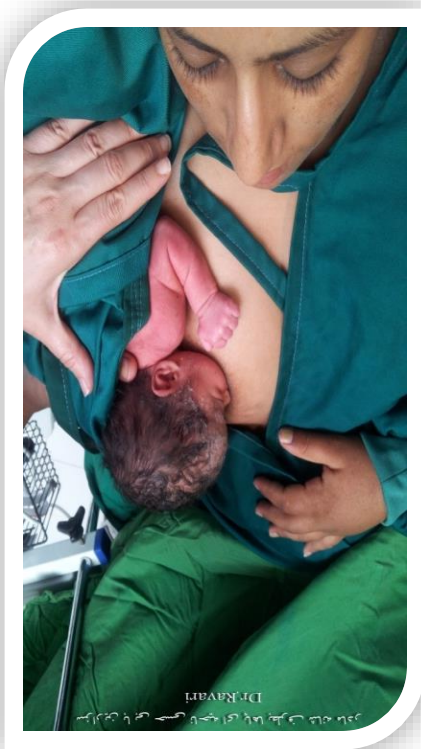
■ مراقبت هایی مانند تزریق ویتامین K و واکسن، گرفتن اثرکف پا، توزین و سایر اندازه گیری ها و اقدامات غیر فوری دیگر حداقل به بعد از اتمام اولین تغذیه با شیر مادر و یا ترجیحاً پس از ساعت اول تولد موکول شود تا تداخلی در اجرای دستورالعمل ایجاد نشود.

■ از استحمام نوزاد در ۶ ساعت اول تولد (ترجیحاً ۲۴ ساعت اول) اجتناب کنید.

■ در طی یک ساعت اول پس از زایمان، مادر و نوزاد را در اتاق زایمان یا **Post partum** نگه داری نمایید و سپس همزمان به بخش پس از زایمان منتقل شوند.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد

(سزارین با بی حسی ناحیه ای اسپاینال یا اپی دورال)



□ پس از ساکشن دهان و بینی و قطع بند ناف و خشک کردن نوزاد، چنان چه مادر و نوزاد از وضعیت پایداری برخوردارند به منظور تسهیل در انجام تماس چشمی و پوست با پوست مادر و نوزاد و گرفتن پستان، ضمن ادامه عمل جراحی:

■ نوزاد را از طرف زیر بغل یا شانه مادر یعنی از سمت متخصص هوشبری طوری قرار دهید که قفسه سینه نوزاد در تماس با زیر بغل و قفسه سینه مادر و دهان نوزاد در تماس با نوک پستان مادر باشد.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد

(سزارین با بی حسی ناحیه ای اسپاینال یا اپی دورال)



■ یا نوزاد را به طور مایل و دمر روی قفسه سینه مادر بگذارید به طوری که ضمن تسهیل تماس چشمی مادر و نوزاد، سرش نزدیک پستان طرف مقابل باشد و دهان نوزاد در تماس با نوک پستان مادر قرار گیرد.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد

(سزارین با بی حسی ناحیه ای اسپاینال یا اپی دورال)

□ در دو حالت فوق وجود 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 با کمک ماما یا مشاور شیردهی ادامه یابد.

- سایر مراقبت های ضروری مادر و نوزاد را مطابق آن چه که در زایمان طبیعی گفته شد اجرا نمایید.



وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد (سزارین با بی هوشی عمومی)



□ در اتاق عمل بلافاصله پس از تولد و انجام ساکشن دهان و بینی و قطع بند ناف، نوزاد را در حین بررسی نیاز به احیا خشک نموده و با یک حوله خشک و گرم دیگر سر و پشت او را بپوشانید و به نحوی در پهلوی مادر قرار دهید که بند ناف نوزاد (جهت کولونیزه شدن) با پوست مادر در تماس باشد.

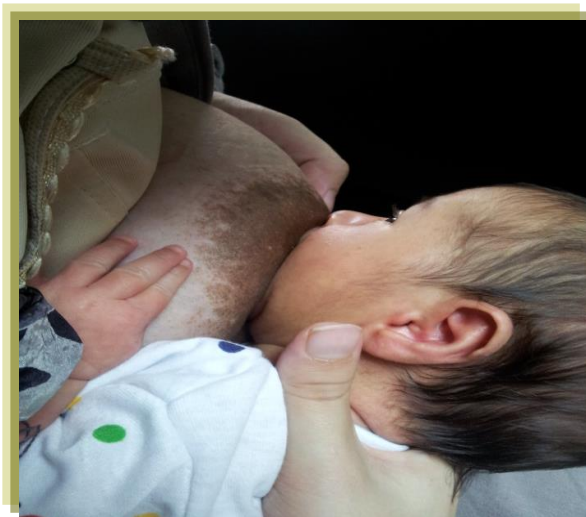
□ مدت این تماس تا حد ممکن طولانی باشد.

وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد

(سزارین با بی هوشی عمومی)

□ پس از اتمام عمل جراحی، مادر و نوزاد در حالی که هر دو با لباس گرم پوشانیده شده اند به اتاق ریکاوری منتقل شوند. وجود ماما جهت مراقبت از مادر و نوزاد در اتاق ریکاوری الزامی است.

□ به محض این که مادر توانایی پاسخ گویی را پیدا کرد، حتی اگر کمی خواب آلود هم باشد، ضمن ادامه تماس پوستی، اولین تغذیه با شیر مادر شروع شود.



وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد بخش پس از زایمان (POST PARTUM)

□ هم اتاقی مادر و نوزاد اجرا شود.

□ پس از ورود به بخش پس از زایمان ضمن تداوم تماس پوستی، اگر اولین تغذیه با شیر مادر در ساعت اول انجام نشده به مادر کمک نمایید تا نوزاد هر چه سریعتر با آغوز تغذیه شود.



وظیفه تیم پزشکی در ساعت اول تولد

بخش پس از زایمان (POST PARTUM)

- حمایت های بیشتر برای در آغوش گرفتن و به پستان گذاشتن نوزاد باید برای مادرانی که مسکن نارکوتیک گرفته اند یا سزارین شده اند و یا اولین تماسشان با نوزاد به تعویق افتاده، ارائه شود.
- تسهیلات لازم جهت ملاقات پدر و حضور همراه مادر در بخش فراهم شود.