

KMC مراقبت آغوشی مادر و نوزاد سید امیر کیانی فوق تخصص نوزادان



شروع مراقبت آغوشی مادر و نوزاد از کجا و چه زمانی بود؟
اولین بار در سال 1978 توسط ری و مارتینز در
بوگوتا بدلیل کمبود انکوباتور برای مراقبت از
نوزادان کمتر از 2 کیلوگرم ابداع شد

مراقبت آغوشی مادر و نوزاد چیست؟



► یک روش طبیعی، ساده و موثر در ارتقاء سلامتی

نوزاد نارس

► قرار گرفتن نوزاد به طور برهنه و عمودی بر روی سینه

مادر و در تماس مستقیم پوست به پوست

► رسیدن به شرایط پایدار

► برای نوزادن نارس و ترم

اجزاء اصلی مراقبت آغوشی

1. تماس پوست به پوست مادر و نوزاد
2. تغذیه انحصاری با شیرمادر
3. حمایت فیزیکی، عاطفی و آموزشی
- 4 ترخیص زود هنگام و پیگیری های بعد از ترخیص

مزایای مراقبت آغوشی برای نوزاد نارس

مراقبت آغوشی باعث پایداری ضربان قلب فرزندتان می شود

هرچه نوزاد کوچکتر باشد تعداد ضربان قلب او بیشتر است، تعداد طبیعی ضربان قلب ۱۲۰ الی ۱۶۰ ضربه در دقیقه است .

وقتی نوزاد بیقرار است تب دارد یا گریه می کند تعداد ضربان قلب حتی تا ۲۱۰ ضربان در دقیقه افزایش می یابد.

ضربان قلب قلب کمتر از ۱۰۰ بار در دقیقه نمایانگر خستگی، سرما، خواب بسیار عمیق یا سطح اکسیژن شریانی کم است که اغلب به دلیل عدم بلوغ و تکامل مغز است

در طول مراقبت آغوشی میزان افت ضربان
قلب به طور واضح کاهش یافته و افزایش
ضربان قلب نیز به ندرت دیده میشود



مراقبت آغوشی تنفس نوزادان را منظم و موثر می کند:

هر چه نوزاد کوچکتر باشد تعداد تنفس او بیشتر است حد معمول تنفس برای نوزادان نارس ۳۵ الی ۵۰ بار در دقیقه است

- اما تعداد تنفس ۶۰ بار در دقیقه نیز در نوزادان با وزن کمتر از 1500 گرم معمول است تعداد تنفس در زمان فعالیت، اضطراب و یا گریه نوزاد افزایش می یابد

نوزادان نارس به طور معمول دارای تنفس دوره ای هستند در تنفس دوره ای
نوزاد برای مدت ۵ الی ۱۰ ثانیه نفس نمی کشد •

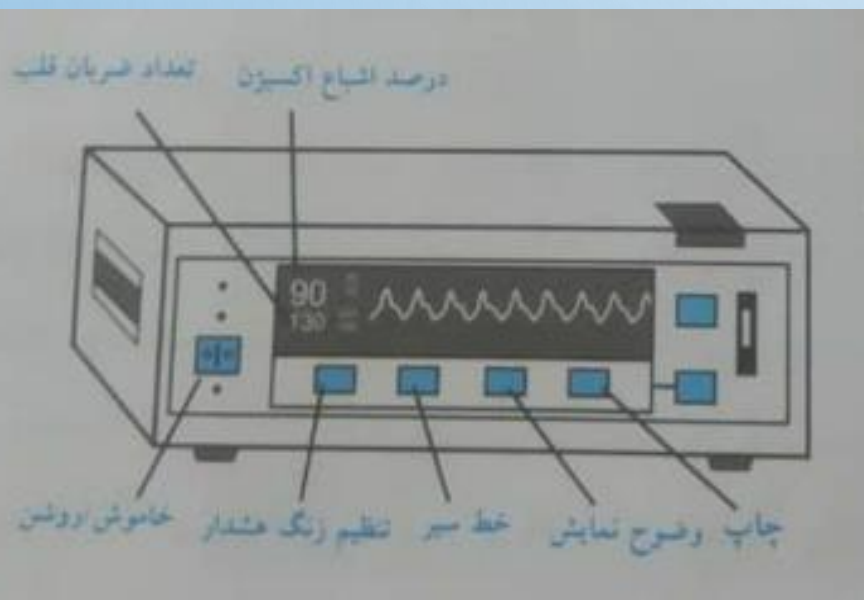
سپس برای مدت طولانی تری (۱۰ الی ۱۵ ثانیه) تند تر از معمول
تنفس می کنند این الگوی تنفس ممکن است تا شش ماهگی و مخصوصاً
در طی خواب بروز کرده و نشانه بیماری نبوده و در صورت انجام
مراقبت آغوشی میزان آن کاهش می یابد

این وقفه ها در صورتی اهمیت دارند که طول مدت آنها بیش از ۱۵
ثانیه ، تعداد دفعات آنان زیاد و همراه برخی علائم دیگر باشد

مراقبت آغوشی باعث بهبود انتشار اکسیژن در تمام بدن می شود:

هدف بخش مراقبت ویژه نوزادان فراهم کردن شرایطی شبیه به دوران زندگی داخل رحمی فرزندان است. بخش مراقبت ویژه نوزادان فقط با مراقبت آغوشی می تواند شرایط داخل رحمی را بازسازی کرده و تکامل روح، روان و جسم نوزاد نارس شما را به وضعیت طبیعی بازگرداند. در طول مراقبت آغوشی در نوزادانی که مشکل تنفسی دارند، سطح اشباع اکسیژن در حد طبیعی مانند چند ثانیه بعد از شروع مراقبت آغوشی سطح اشباع اکسیژن به سرعت افزایش می یابد.

میزان اشباع اکسیژن در نوزادی که اکسیژن اضافی نمی گیرد بین 88 تا 100 درصد قابل قبول است. اگر سطح اشباع اکسیژن برای یک یا دو دقیقه زیر این میزان افتاد نشانه تنش و بروز مشکلی است



پیشگیری از استرس ناشی از سرما

تحقیقات متعدد نشان داده است که سینه مادر قادر است در واکنش به سرمای نوزاد بلافاصله از حد طبیعی گرمتر شده و باعث گرم شدن نوزاد شود و در صورتی که نوزاد از حد طبیعی گرمتر باشد سینه مادر بلافاصله سردتر شده و نوزاد را تا حد مطلوب سرد می کند از این رو است که مراقبت آغوشی باعث پایداری دمای بدن نوزاد شده و رشد و تکامل وی را سریع میکند

مراقبت آغوشی باعث خواب طولانی تر و عمیق تر میگردد

زمانی که نوزاد هنوز داخل رحم می باشد، به مدت 20 تا 22 ساعت در روز می خوابد.

در طی مراقبت آغوشی نوزادان به مدت طولانی تر و دفعات بیشتری می خوابند و در واقع دو برابر بیشتر می خوابند و دو و نیم برابر هم بیشتر خواب آرام و منظم دارند. با توجه به این که خواب یکی از موثرترین راه های درمانی است

در خواب آرام و عمیق تنفس منظم ، تغییرات قلب جزئی و بدن آرام است سبب حفظ انرژی می شود

مغز در جهت بلوغ فعال می شود به علت تنفس منظم سبب اکسیژن رسانی مناسب می شود

مراقبت آغوشی زمان های طولانی تر و هوشیاری را باعث می شود

متعاقب مراقبت های آغوشی مکرر زمان هوشیاری واضحا افزایش می یابد. او حتی ممکن است گردن خود را دراز کند تا محل صدای مادر را پیدا کند یا تماس چشم به چشم را شروع کند این پاسخ هم برای مادر و هم برای نوزادان تشویق کننده است

یکی از وظایف بخش مراقبت ویژه نوزادان انجام مراقبت تکاملی است مراقبت تکاملی باعث بهبود و تسریع روند تکاملی نوزاد

نارس برای پیشگیری از عوارض نارس و افزایش ضریب هوشی و تعادل روحی و روانی نوزاد میشود

. مراقبت تکاملی موقعی به درستی انجام می شود که تحریکات محیطی مضر مانند درد و نور

و صداها کم شده و تحریکات مثبت و الهام بخش و عاشقانه جایگزین آن گردد

مراقبت آغوشی باعث حذف فعالیت های بدون هدف می گردد

سیستم عصبی مرکزی نوزاد نارس هنوز آنقدر تکامل پیدا نکرده است که بتواند تغییرات محیطی را که سبب ناراحتی او میشود رفع یا خنثی کند بنابراین واکنش او در برابر این تغییرات به صورت حرکات بی هدف یا بیقراری است.

نوزاد معمولاً در برابر محرک های محیطی واکنش هایی را بروز میدهد که در ادامه میبینید

واکنش های نوزاد در برابر محرک های محیطی

- ضربان قلب افزایش می یابد
- تنفس او سریع تر شده
- پوستش از صورتی به حالت شبکه شبکه ای و آبی تغییر حالت میدهد
- نفس نفس می زند
- اخم می کند
- همه اندام های خود را تکان میدهد
- این پاسخ ها سبب مصرف اکسیژن و کالری باارزش شده و می تواند برای یک تا دو دقیقه بی وقفه ادامه یابد

بدین ترتیب نوزادانی که مراقبت آغوشی میشود دقایق کمتری را در حالت اضطراب می گذرانند

در طی مراقبت آغوشی نوزادان به مدت طولانی تر و دفعات بیشتری می خوابد و در واقع دو برابر بیشتر میخوابد و دو نیم برابر هم بیشتر خواب آرام و منظم دارند

مراقبت آغوشی وزن گیری نوزاد را سریع تر می کند

رشد کلی نوزاد و وزن گیری وی در طول مدت مراقبت آغوشی بهبود می یابد این مسئله تا حدی به علت آن است که نوزاد به پستان نزدیک بوده و حرکات بدون هدف نوزاد کمتر شده است. در طول خواب مصرف اکسیژن و کالری به حداقل رسیده و نوزاد این کالری را برای وزن گیری ذخیره میکند. در طی مراقبت آغوشی وزن گیری افزایش یافته و به ۱۰ الی ۱۵ گرم در روز می رسد

. افزایش وزن نوزادان بزرگتر روزانه به ۲۰ - ۱۵ گرم می رسد وزن گیری مداوم ۱۵ - ۱۰ گرم نیز به نظر خوب می رسد

مراقبت آغوشی فرصتی را برای تغذیه با شیر مادر ایجاد میکند

مادران نوزادان نارسى که در مراقبت آغوشى شرکت کرده اند موفقیت بیشتری در شیردهی دارند
این موفقیت ها عبارتند از:

- ✓ دسترسی آسان به پستان: به نحوی که نوزاد می تواند خود تعیین کند که چه زمانی شیر بخورد
- ✓ منبع آماده تغذیه: نوزاد نیاز به گریه کردن یا منتظر ماندن برای تغذیه ندارد و چون در محل پستان است نیاز خود را به راحتی تعیین می کند.
- ✓ نوزاد به وسیله بوی شیر تحریک می شود: زمانی که نوزاد و سینه برهنه قرار می گیرد می تواند بوی شیر را استشمام کرده و روی پوست شروع به جستجوی پستان مادر نماید.
- ✓ قدرت بهبود یافته: نوزادان در طی مراقبت آغوشی چنان عمیق می خوابند که وقتی بیدار میشوند هوشیارتر شده و با قدرت بیشتری در تغذیه می کنند

✓ دفعات بیشتر تغذیه: با تجربه بیشتر خوردن شیر و مادر روند مثبتی رخ می دهد نوزاد قدرت هماهنگی بیشتری بین تنفس، مکیدن و بلع برقرار می کند و بنابراین بهتر شیر می خورد

✓ برقراری جریان شیر: زمانی که نوزاد و در آغوش می گیرد احساس آرامش بیشتری می کنید اضطراب ناشی از زایمان زودرس شده و جریان شیر به خوبی برقرار می شود

✓ ارتباط عاطفی زودتر و بیشتر و بهتر با والدین

✓ کاهش استرس مادران:

✓ افزایش آرامش و اعتماد به نفس، کاهش فشار روحی، احساس توانائی و رضایت از خود،

✓ خوشحالی به جهت انجام خدمت برای نوزاد

✓ پدران :

احساس آرامش، راحتی و دلبستگی

مراقبت آغوشی باعث برقراری ارتباط زود تر بین مادر و نوزاد می شود:

زمانی که شما نوزاد خود را مراقبت آغوشی می کنیم برای عموم آرامبخشی مانند داخل رحم را فراهم می کنید که نوزاد می تواند از آن محیط لذت ببرد

او احتمالاً همان ضربان قلب منظم و خوشایندی را که در داخل رحم می شنید دوباره می شنود. این عوامل سبب برقراری ارتباطی تنگاتنگ و زودرس بین مادر و نوزاد می گردد

مادرانی که 10 الی 15 ساعت در طی 5 روز متمادی مراقبت کانگوروئی انجام داده بودند این

مساله را یک فرصت عالی برای در آغوش گرفتن، برقراری ارتباط عاطفی و خود ذکر کردند



افزایش احتمال ترخیص زودتر از بیمارستان

به علت مزایای عاطفی و فیزیولوژیک مراقبت آغوشی نوزادان زودتر از انکوباتور به داخل کات منتقل شده به دنبال آن مدت کمتری هم در بیمارستان می مانند
این مسئله نه تنها سبب کاهش هزینه ها شده بلکه مهمتر از آن موجب می شود از نظر عاطفی صدمه کمتری به والدین وارد گردد مراقبت آغوشی روند مطلوب برقراری ارتباط با نوزاد نارس را تسریع می کند



آماده کردن شرایط برای مراقبت آغوشی

زمانی که نوزاد نارس به دنیا می آید برقراری ارتباط بین والدین و نوزاد اغلب به تاخیر انداخته می شود. هنگامی که چنین اتفاقی می افتد بسیاری از والدین نگران می شوند که نکند فرصت برقراری ارتباط با نوزاد خود را از دست داده اند.

استحکام روابط بین والدین و نوزاد تنها از طریق لمس نوزاد امکان پذیر است. پس بهتر است هر چه زودتر نوزاد مراقبت آغوشی شود.

مادرانی که نوزاد بستری خود را مراقبت آغوشی می کند از خود اعتماد به نفس بیشتری در زمینه توانایی تغذیه با شیر مادر و مراقبت از نوزاد نشان می دهند آنها در محیط بخش نوزادان راحت تر بوده و مشتاق ترخیص فرزندشان هستند

میزان نور محیط را ارزیابی کنید

اگر لامپ پرنوری در نزدیکی نوزاد وجود دارد از روش های استفاده کنید تا از این نور حفاظت شود (پوشاندن انکوباتور نوزاد با یک ملحفه) نوزادانی که در اتاق های آرام و کم نور هستند خواب آرام و مکیدن مناسبی داشته و فعالیت های بی هدف کمتری دارند

نور زیاد باعث اختلال در تکمیل بینایی و عصبی نوزادان نارس می شود با توجه به آن که قسمت عمده تکامل عصبی نوزادان در درون رحم که کاملاً تاریک است شکل می گیرد، بنابراین برای اجرای مراقبت تکاملی باید شرایطی مشابه درون رحم یعنی حذف نورهای شدید و مزاحم را برای نوزاد خود فراهم کنید

در مورد خواب نوزاد

برنامه ای طرح ریزی کنید تا نوزاد شما بتواند روی سینه مادر به روش مراقبت آغوشی بخوابد

روند چرخش روز_شب را تنظیم کنید

در فاصله بین ۱۱ شب تا ۶ صبح سروصدا را کم کرده نور را کاهش داده و محیط را برای خواب آماده کنید .
یک سایه بان خواب در طول شب برای نوزادتان بگذارید تا روند چرخه روز_شب برای نوزاد تسهیل شود
این سایه بان را به نحوی روی انکوباتور قرار دهید که روی سقف و دو طرف آن را بپوشاند و در عین حال شما می توانید از این سایه بان خواب برای زمان های خواب روزانه نوزاد نیز استفاده کنید

لانه گزینی

می توانید از پتو های لوله شده یا اشکال اسفنجی با پوشش ویژه برای نوزادتان محیطی شبیه به لانه آماده کنید در این حالت نوزاد می تواند به خوبی بخوابد و منظم نفس بکشد همچنین این کار مانع از دست رفتن حرارت بدن نوزاد می شود و پوشاندن کناره ها و پاهای نوزاد از فعالیت های غیر ضروری جلوگیری می کند

وضعیت نوزاد در رحم

قرار دادن نوزاد در حالت جمع شده سبب جلوگیری از دست رفتن حرارت بدن اومی شود

لانه باید انقدر به شانه های نوزاد نزدیک باشد که بازوهایش را کاملاً نزدیک به بدن نگه دارد. سعی کنید نوزاد را روی شکم بخوابانید در این حالت نوزاد راحت تر خوابیده و سطح اکسیژن خون بالاتر از زمانی است که به پشت می خوابد

راههای هوایی نوزاد بازمانده و از نظر تکامل عصبی عضلانی بهتر بوده و احتمال آسیب پوستی و برگشت محتویات معده هم کمتر میباشد

آماده کردن نوزاد برای مراقبت آغوشی

در کل وزن بالای ۱۲۰۰ گرم وزن مناسبی برای مراقبت آغوشی است به شرطی که سن داخل رحمی نوزاد حداقل ۲۸ هفته باشد

در زمان تولد باید آپگار دقیقه پنجم ۵ یا بیشتر باشد

نوزاد روی دستگاه کمک تنفسی وضعیت ثابتی داشته باشد و در عرض ۱۲ ساعت اخیر پزشک و

پرستار او جهت تنظیم تغییرات حال عمومی نوزاد نیازی به تغییر تنظیم دستگاه نداشته باشند

کاتتر شریان ناف یا لوله درون قفسه سینه نوزاد در آمده باشد زمانی که شما نوزاد مراقبت آغوشی

می کنید کاتتر به شکم فشار می آورد و سبب انسداد کاتتر یا ایجاد اشتباه در ارزیابی بالینی میشود

لوله های درون قفسه سینه بسیار شکننده بوده و احتمال دارد هنگام مراقبت آغوشی جابجا شوند.

نوزاد ممکن است تحت تغذیه کمکی وریدی باشد اگر محل ورود کاتتر وریدی در محل خم بازو باشد مشکلی نیست

اما اگر این کاتتر در ناحیه شانه باشد احتمال جا به جایی زیاد بوده و لذا مراقبت آغوشی نباید انجام گیرد

هر نوزادی که داروی متصل کننده عروق (تنظیم فشار خون) دریافت میکند نباید تحت مراقبت آغوشی قرار گیرد وضعیت

عمودی ممکن است فشار خون نوزاد را تغییر داده در نتیجه نیاز های دارویی وی را تغییر دهد

نوزاد ممکن است بر اساس سونوگرافی خونریزی داخل بطنی مغزی درجه 1 یا 2 داشته باشد ولی اگر خونریزی داخل بطنی

درجه 3 یا 4 باشد انجام مراقبت آغوشی ممنوع است

در کل وزن بالای ۱۲۰۰ گرم وزن مناسبی برای مراقبت آغوشی است به شرطی که سن جنینی نوزاد حداقل ۲۸ هفته یا سن

جنینی پس از بارداری حداقل 20 هفته و وضعیت پایداری داشته

در این حال مختصری شیب دادن به وضعیت نوزاد سبب تسهیل هضم غذا میشود از آنجا که دستگاه گوارشی نوزاد هنوز تا حدی نارس است اثر جاذبه به نگه داشتن غذا در بخش های پایین روده کمک می کند.

نوزاد می تواند همانطور که در وضعیت مراقبت آغوشی قرار گرفته است از طریق لوله معده تغذیه شود

آرام بودن نوزاد در این حالت اجازه می دهد که وی در زمان کوتاهی تغذیه شود اگر نوزاد مجاز به مکیدن نوک سینه مادر باشد می توانید مراقبت آغوشی را یک تا دو ساعت پیش از آن شروع کنید این کار سبب می شود

نوزاد به قدر کافی استراحت کند تا بتواند قدرت کافی برای مکیدن مناسب را مجددا پیدا کند

با تشکر از حسن توجه شما

