

تماس پوست با پوست مادر و نوزاد در لحظه تولد

اولین برقراری تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله پس از زایمان است و شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اول تولد باعث بهره مندی از فواید بسیار زیاد اولین شیر مادر پس از زایمان به نام آغوز، برقراری پیوند عاطفی مادر و نوزاد، موفقیت و استمرار بیشتر در تغذیه با شیر مادر، تضمین سلامت کودک و نهایتاً پیشگیری از موارد زیاد مرگ و میر نوزادان می‌شود. با توجه به اهمیت این موضوعات که از اقدامات بیمارستان‌های دوستدار کودک است، برای همه نوزادان سالمی که بعد از هفته ۳۷ بارداری به دنیا می‌آیند، لازم است این تماس پوستی بین مادر و نوزاد برقرار شود.

زایمان طبیعی: در یک زایمان طبیعی بلافاصله پس از تولد، نوزاد به صورت دمر روی شکم مادر قرار داده می‌شود تا این تماس برقرار شود و طی خشک کردن، سلامتش خیلی سریع ارزیابی خواهد شد.

سزارین با بی‌حسی ناحیه‌ای اسپاینال یا اپیدورال: در سزارین با بی‌حسی اسپاینال یا سزارینی که همراه با بی‌حسی اپیدورال باشد، نوزاد را از سمت زیر بغل یا شانه مادر یعنی به طور مایل، طوری در تماس پوست با پوست مادر قرار می‌دهند که قفسه سینه نوزاد در تماس با زیر بغل و قفسه سینه مادر و دهان نوزاد در نزدیکی تماس با نوک پستان مادر باشد و در صورت امکان تماس چشم در چشم بین مادر و نوزاد انجام می‌شود.

سزارین با بیهوشی عمومی کامل: پس از انجام سزارین با بیهوشی کامل، نوزاد را به شکلی در پهلوی مادر قرار می‌دهند که بند ناف نوزاد با پوست مادر در تماس باشد. پس از رفتن به ریکاوری نیز، به محض اینکه مادر توانایی پاسخ‌گویی پیدا کرد یا حتی اگر کمی خواب آلود هم بود، تماس پوستی همچنان ادامه دارد و اولین تغذیه با شیر مادر نیز شروع می‌شود.

چگونگی انجام تماس پوست با پوست

بغل کردن و در آغوش گرفتن نوزاد وقتی پوشک یا لباس به تن دارد یا زمانی که شما لباس به تن دارید، هرگز جای تماس مستقیم و بدون مانع با او را نخواهد گرفت. پرستاران بیمارستان ممکن است اهمیت تماس پوست به پوست شما با نوزاد را برایتان توضیح بدهند و روش انجام این کار را به شما بیاموزند. اما اگر هیچ کس چنین کاری را برای شما انجام نداد، خودتان می‌توانید در خانه کارهای زیر را به ترتیب انجام دهید:

- لباس‌های خودتان و نوزاد را درآورید.
- خیلی ساده، بدون حاشیه و بدوی کودکتان را بغل کنید.
- هر قدر می‌توانید، بگذارید کودکتان در این حالت بماند.
- این کار را هر قدر می‌توانید در طول هفته تکرار کنید.

مزایای تماس پوست با پوست برای مادر

غیر از مزایایی که این تماس مستقیم برای نوزادان دارد، دیگر مزایای تماس پوست با پوست مادر و نوزاد برای مادران شامل موارد زیر است:

- شیردهی راحت و آسوده‌تر
- برقراری سریع پیوند عاطفی با نوزاد
- احساس صمیمیت با نوزاد
- جریان شیر بهتر
- کاهش استرس و نگرانی
- افزایش اعتماد به نفس در توانایی مراقبت از نوزاد
- اطمینان بیشتر شما از سلامت بودن نوزاد
- افزایش حس کنترل و مدیریت شرایط

به مرور تماس پوست به پوست با نوزاد برای شما عادی‌تر خواهد شد و این در آینده برای او و شما اثرهای بسیار مفیدی خواهد داشت. این لحظه‌های کوتاه که از اولین دقایق نوزاد شروع می‌شود، نگاه کردن به چشم-های نوزاد و برقراری پیوند عاطفی و اعتمادش به شما، شروع رشد احساس و هوش او در تمام روابط اجتماعی و احساسی در سال‌های بعد خواهد بود.

تماس پوست با پوست با نوزاد زودرس

نوزادانی که قبل از هفته ۳۷ بارداری متولد می‌شوند، نیاز به قرار گرفتن در محیطی گرم و راحت، شبیه رحم مادر برای محافظت و رشد دارند. گرم نگهداشتن نوزاد و حفظ درجه حرارت بدن، از مهم‌ترین اقداماتی است که از مرگ و ناتوانی این نوزادان به شدت می‌کاهد. بنابراین نوزادان زودرس پس از تولد درون یک محفظه‌ای شیشه‌ای به نام انکوباتور قرار داده می‌شوند تا رشدشان کامل شود و شما می‌توانید هنگامی که نوزادان در بیمارستان است، شاهد مراحل رشد هر روز او باشید.

در آغوش گرفتن و تماس پوست با پوست مادر و نوزاد زودرس با روشی که مراقبت کانگورویی نام دارد، فرصتی برای ایجاد صمیمیت و احساس آمادگی برای نگهداری و مراقبت از کودک ایجاد خواهد کرد. روش کانگورویی یک روش مراقبتی برای نوزادان زودرس است که در آن بین نوزاد و مادر هر روز تا جای ممکن تماس پوست با پوست برقرار می‌شود. مراقبت به روش کانگورویی برای مادر و نوزادش تسکین‌دهنده و آرامش‌بخش است و این تماس می‌تواند او را تحریک به مکیدن و حتی جاری کردن بهتر شیر سینه‌ها کند.