

## والدین گرامی سلام

### قدم نو رسیده مبارک

تمام نوزادان نیاز به مراقبت دارند، نوزاد نارس شما بیشتر حتی ممکن است نوزاد شما برای دریافت مراقبت پزشکی در بخش مراقبت ویژه نوزادان (NICU) بستری باشد. نوزادتان هم اکنون نیاز به محبت و ارتباط عاطفی نزدیک شما دارد که در صورت برآورد شدن این نیاز طبیعی، فرزند سالم تری خواهید داشت. می دانیم که گذراندن این شرایط آسان نیست و در چنین شرایط مراقبت آغوشی به بهبودی نوزاد و آرامش خاطر شما کمک می کند.

در کشور ما از هر ۱۰۰ بارداری حدود ۷ تا ۱۰ نوزاد نارس متولد می شود. یعنی سالانه ۷۰ تا ۱۰۰ هزار نوزاد نارس در کشور متولد می شوند.

به علت مشکلات نوزاد نارس در بدو تولد از قبیل وزن کم، احتمال مشکلات تنفسی، احتمال افت قند و کلسیم خون و افت دمای بدن، این نوزادان نیاز به بستری و حمایت های پیشرفته مانند مراقبت های تنفسی، تغذیه ای و.... دارند. طبق منابع علمی نوزادان نارس که روش مراقبت آغوشی در آنها به کار گرفته می شود. میزان عوارض کمتر و طول عمر بیشتری دارند. این روش برای شیر دهی و تغذیه نوزاد نارس ایده ال معرفی شده است.

## مراقبت آغوشی چیست؟

مراقبت آغوشی یا کانگورویی نوعی روش مراقبت آسان، علمی و همراه با مهر مادر و پدر نوزاد نارس است که طی آن نوزاد در تماس پوست با پوست مداوم در آغوش پدر و یا مادر نگهداری می شود. در حقیقت در کنار اقدامات پزشکی، بهترین و موثرترین همراهی است که شما می توانید برای کمک به نوزاد نارس خود انجام دهید. اقدامی کم هزینه و پرفایده که به نوزادان هدیه می کنید و با این کار رشد جسمانی و تکامل روانی وی تضمین می شود.

## مراقبت آغوشی چه فوایدی برای نوزاد

### نارس شما دارد؟

- وزن گیری بهتر و سریعتر
- بهبود تکامل عصبی، روانی و اجتماعی
- بهبود وضعیت تنفسی و تنظیم دمای بدن
- خواب عمیق و راحت
- آرامش و خشنودی نوزاد، گریه کمتر
- ترخیص زودتر، امکان بقا بیشتر

## مراقبت آغوشی چه فوایدی برای خود

### شما دارد؟

- احساس اطمینان و رضایت عمیق از توانایی در مراقبت و بغل کردن نوزاد
- توانمند شدن برای مراقبت از نوزاد نارس در بیمارستان و منزل
- داشتن نقش فعال در بهبود نوزاد و افزایش اعتماد به نفس
- برقراری پیوند عاطفی زودتر و بهتر با نوزاد
- شیر دهی بهتر و موفق تر

## پدران و مادرانی که تجربه مراقبت

### آغوشی دارند چه می گویند؟

لیلا: احساس می کنم حالا به نوزادم نزدیک تر شدم و می توانم بدون ترس اونو جابجا کنم. حالا در هنگام شیر دادن به او احساس راحتی بیشتری می کنم. دوست دارم هرچه زودتر از نوزادم در منزل مراقبت کنم.

علی: احساس می کنم توی چشم نگاه می کنه و اونم دوست داره توی بغلم بمونه.... این روش عالیه! پریزاد: توی بیمارستان من هم شده بودم عضوی از گروه مراقبت از امیر حسین، به نظر من مراقبت آغوشی معجزه می کنه. به نظر من نمره مراقبت آغوشی بیسته!



مرکز آموزشی درمانی الزهرا(س)  
**مراقبت آغوشی نوزاد یا KMC**  
Kangaroo mother care



**گروه هدف:** والدین با نوزاد نارس بستری  
**تدوین:** مرضیه سامی سوپروایزر آموزش ۱۳۹۸  
بازنگری: حمیده نیکزاد مسئول آموزش بیمار بخش  
NICU1

آخرین بازنگری: پاییز ۱۴۰۳

۳- چنانچه احساس می کنید آگاهی و آمادگی

لازم برای مراقبت آغوشی را دارید به  
پرسنل بخش اعلام آمادگی کنید.

۴- در صورتی که تصمیم به مراقبت آغوشی  
گرفته‌اید، به شما تبریک می‌گوییم.

به امید بهبودی و ترخیص هر چه سریعتر  
نوزاد شما

منابع: ۱- کدیور، م. حیدر زاده م (۱۳۸۶) راهنمای  
عملی مراقبت مادرانه آغوشی چاپ اول، انتشارات  
تیمور زاده، تهران

۱- حیدر زاده م، (۱۳۸۷) مراقبت آغوشی،  
چاپ اول، اداره سلامت نوزادان دفتر

شماره بیمارستان: ۰۴۱۳۵۵۳۹۱۶۱

داخلی NICU1: ۲۲۲

داخلی NICU 2: ۵۰۰

داخلی نوزادان: ۲۳۵

آموزش و مشاوره شیردهی همه روزه به غیر  
از ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۴ در کلینیک

مشاوره شیردهی داخلی ۴۷۳

مکان: ساختمان شماره ۲ طبقه همکف

مطالب آموزش به بیمار و سامانه پاسخگویی

به سوالات در منوی آموزش به بیمار به

آدرس زیر

<https://alzahraosp.tbzmed.ac.ir>

## روش انجام مراقبت آغوشی چگونه است؟

۱- نوزاد واجد شرایط را به صورت لخت (به جز پوشک، جوراب و کلاه) بر روی بدن بدون پوشش مادر یا پدر در حالت عمودی به صورت سینه به سینه بین دو پستان قرار می‌گیرد. به طوری که سر به یک طرف برگردد و گردن در وضعیت تقریباً کشیده به عقب نگاه داشته شود.

۲- یک پارچه نخی طوری دور مادر و نوزاد بسته شود که قسمت فوقانی پارچه درست زیر گوش نوزاد قرار گیرد. (این کار راه هوایی را باز نگه می‌دارد و باعث تماس چشم به چشم مادر و نوزاد می‌شود).

۳- برای احساس راحتی مادر می‌توان یک ملحفه بر روی نوزاد و مادر انداخت.

## اگر تصمیم به مراقبت آغوشی نوزادان گرفته‌اید:

۱- از پرسنل بخش نوزادان بخواهید کتاب و فیلم آموزشی مراقبت را در اختیارتان قرار دهند.

۲- در صورتی که بعد از خواندن کتاب و دیدن فیلم آموزشی سوالی برایتان باقی ماند، از پرسنل بخش سوال کنید.