

اولین تغذیه نوزادی کی و کجا شروع می شود؟

□ هنگام تولد با خروج نوزاد از مجرای تولد؛ نوزاد برهنه را در تماس مستقیم با پوست شکم مادر قرار می دهند.

□ به آرامی نوزاد را خشک کرده و بعد از زدن گیره های بندناف و بررسی وضعیت قلبی تنفسی او نوزاد برهنه در مجاورت پستان های مادر با مادر قرار می دهند .

□ مادر و نوزاد با هم پوشانده می شوند و این تماس تا پایان اولین تغذیه شیرخوار ادامه می یابد و از هر دو آنها مراقبت می کنند.



□ نوزاد طوری قرار می گیرد که چشم او در فاصله ۱۹ سانتی متری نوک پستان باشد. (زیر سر مادر کمی بالا برده می شود)

□ در ابتدا شیرخوار آرام است بعد از حدود ۲۰-۳۰ دقیقه به آرامی بطرف پستان مادر می خزد

□ با دست نوک پستان را لمس می کند و کم کم دهانش را کاملاً باز می کند با کمی حمایت عامل مراقب نوزاد، با دهان باز پستان را می گیرد

□ حدود ۳۰-۴۵ دقیقه با قدرت شیرخورده و به خوابی عمیق حدود دو ساعت فرو می رود.

□ در اولین شیر خوردن شیرخوار، نباید سر او بزور بطرف پستان هل داده شود زیرا اولین تجربه شیر خوردن او روی دفعات بعدی شیر خوردن وی اثر بدی می گذارد



یاسن اسمہ دواؤ و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

تماس پوست با پوست بدو تولد

کد محتوا: ۶۷۷

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: Salamat@azh.mui.ac.ir

در زایمان سزارین ؛ در زمان هوشیاری
مادر تماس پوست با پوست مادر و پستان
گرفتن انجام می شود.



تهیه کننده: ترانه توانا، مربی و مشاور

ارشد شیردهی کشوری

منبع: تسهیل چالش های تغذیه با شیر

مادر برای نوزادان اواخر نارس، دکتر

محمود راوری، اداره سلامت نوزادان،

۱۳۹۶

راهنمای مادران برای تغذیه با شیر

مادر، اداره سلامت کودکان و ترویج

تغذیه با شیر مادر، ۱۳۹۵

راهنمای تغذیه با شیر مادر برای

پزشکان، ویرایش دوم، اداره سلامت

کودکان و ترویج تغذیه با شیر

مادر، ۱۳۹۷

مشاور علمی: دکتر محمود راوری؛

متخصص کودکان، عضو انجمن شیردهی

کشور، اداره سلامت نوزادان، اسفند

۱۴۰۰

اهمیت تماس پوست با پوست
بلافاصله بعد از زایمان چیست ؟

- نوزاد گرم می شود و دمای بدنش سقوط نمی کند.
- مادر و نوزاد هر دو آرامش می یابند.

- پیوند عاطفی قوی بین آنها ایجاد می شود که در سالهای بعد، باعث رشد و تکامل روانی کودک خواهد بود.

- تنفس و ضربان قلب را منظم می کند.

- گریه نوزاد کمتر شده و صرف انرژی کاهش می یابد.

- خودش پستان را پیدا کرده و آن را گرفته و بهتر یاد می گیرد شیر بخورد

و به خاطر تماس نوزاد با میکروب های مفید بدن مادر، سیستم دفاعی بدن او قوی تر می شود.