

در زمان بستری نوزاد در بخش پدر فقط نقش تامین نیاز مالی، تهیه دارو، پوشک، شیشه شیر، پیگیری دفترچه بیمه و یا گرفتن نوبت جهت مشاوره های مختلف و... را دارد؟ آیا تنها مادران می توانند نقش فوق العاده ای در مراقبت از نوزادشان به عمل آورند؟

پاسخ به تمام این پرسش ها منفی است؟

در این شرایط بحرانی نقش شما به عنوان پدر چیست؟

اگر چه تامین نیازهای مادی در این شرایط قسمتی از وظایف شماست، اما مسئولیت های مهم دیگری نیز بر عهده شماست که گاهی "مورد غفلت واقع می شود.

حضور شانه های استوار و آرامش دهنده شما، دستان گرم و پر محبتتان، صبر و شکیبایی در برخورد با نیازهای متفاوت مادر قدم اول است.



مراقب حالتی به نام افسردگی "تنهایی پس از زایمان" در همسر خود باشید. در بعضی از مادران این حالت در حدود 3-4 روز بعد از تولد رخ می دهد. این احساس ناتوانی در مقابله با مسائل و مشکلات به دلیل تغییرات هورمونی (ترشح

برخی مواد در طی بارداری (است که پس از گذشت مدتی برطرف می شود.



تماسهای پوستی یکی از راههای رشد مغزی و از عوامل موثر رشد روانی نوزاد است. از روشهای برقراری ارتباط عاطفی بین والدین و نوزاد تماس پوستی و نزدیکی جسمانی است. نوزاد نارس می تواند به جای اینکه ساعتها در داخل انکوباتور قرار بگیرد، روی سینه شما تجربه لذت بخشی داشته باشد. لازم است اوقات بیشتری را با آرامش به نشستن در کنار نوزاد و آغوش گرفتن او اختصاص دهید.

یکی از راههای ساده ای که می توانید با آن با نوزادتان ارتباط برقرار کنید، انجام مراقبت آغوشی است. شما نیز همانند مادر نوزاد می توانید از انجام این مراقبت لذت ببرید. می توانید در کنار مادر با فرزندان صحبت کنید.



برای اجرای مراقبت آغوشی به نکات زیر توجه کنید:

- ✿ مطمئن شوید که از لحاظ جسمانی سالم هستید.
- ✿ اگر علائم سرماخوردگی، آنفولانزا، ناراحتی گوارشی یا علائم بیماری دیگری دارید، مراقبت آغوشی را به تاخیر بیندازید.
- ✿ قبل "خود را تمیز کرده و از نظافت دستها، انگشتان، سینه و گردن خود مطمئن شوید.
- ✿ در صورت استعمال سیگار، مسواک زدن امری ضروری است و لازم است لباسها تعویض شود تا بوی سیگار موجب آزردهی نوزادتان نشود.
- ✿ لباس راحت و جلو باز و تمیز به تن داشته باشید.
- ✿ ممکن است مراقبت آغوشی باعث گرمای شما شود، نوشیدن یک لیوان آب این گرما را کاهش می دهد.



- ✿ ممکن است نوزاد به سمت سینه شما برود اما پس از مکیدن برای مدت کوتاهی او می فهمد که نوک پستان شما ترشهی ندارد و بنابراین مکیدن را متوقف می کند. از این کار تعجب نکنید.



مرکز آموزشی درمانی امام علی (ع) کرج

نقش پدر در بخش مراقبتهای ویژه نوزادان



تهیه و تنظیم : واحد ارتقاء سلامت

او را بهتر درک کرده و برای نگهداری او اعتماد به نفس بیشتری پیدا می کنند.

یادتان باشد نوزاد از شنیدن صدای والدین لذت می برد . مهم نیست والدین به او چه می گویند ، او از توجه والدین خوشحال می شود و شما نیز از پاسخ او لذت خواهید برد . وقتی با او حرف می زنید به چشمهای او نگاه کنید زیرا این کار به تقویت درک متقابل از هم و ایجاد مهارت های اجتماعی او کمک می کند.



آدرس : کرج - ابتدای جاده چالوس - سه راه عظیمیه - مرکز آموزشی درمانی امام علی (ع)

تلفن : 026-32500123

نشانی وب سایت بیمارستان :

<https://emamali.abzums.ac.ir>

❖ اگر این کار ناراحتان می کند ، شما می توانید برای ارضاء احساس مکیدن در نوزاد دستکش پوشیده و انگشت خود را برای مکیدن در اختیار او بگذارید.

❖ سعی کنید در طی این کار با فرزندتان صحبت کنید. شکل گیری پیوندهای عاطفی روند بسیار ویژه ای دارد . تجربه ای است شگفت انگیز که طی آن والدین چشمهای خود را برای نخستین بار بر روی کودک می گشایند . شما با لمس و ماساژ می توانید به شکل گیری سریع تر این ارتباط هم به خود و هم به نوزادتان کمک کنید.

❖ شما با ماساژ دادن نوزاد پیغامهای غیر لایمی فرزند خود را بهتر درک کرده و او زودتر واکنش مناسب نشان می دهد.

❖ ماساژ نوزاد به شما در کنترل اضطراب و مساعد کردن شرایط بحرانی کمک می کند.

❖ ماساژ دادن نوزاد تنش و استرس شما را هنگام دوری از فرزندتان کاهش می دهد.



انجام ماساژ به پدران اجازه می دهد که از تماس پوست با پوست که اغلب مادر هنگان شیر دادن آن را تجربه می کند، لذت ببرند. پدران اغلب متوجه این نکته نیستند. آنها با ماساژ نوزادشان حالات و واکنشهای