



מידע ליולדת על מגע עור לעור מיד לאחר הלידה

בדף זה מובא מידע אודות חשיבות מגע עור לעור לאחר הלידה.

מהו מגע עור לעור (skin to skin) ?

הנחת התינוק ערום על בית החזה של האם. הצמדת התינוק לגוף האם לשמיעת פעימות לבה, קולה והרחת ריח גופה. דרך מגע זה נולד הקשר הרגשי-גופני הראשוני.

יתרונות מגע עור לעור לילוד

- משמש שלב מעבר מהחיים התוך רחמיים אל החיים החוץ רחמיים.
- מספק צרכים בסיסיים כגון חמצן, מזון, חיים והגנה.
- שמירה על ערכים פיזיולוגיים תקינים כמו: מאזן חום הגוף, ערכי גלוקוז, קצב לב ולחץ דם יציבים.
- משמש בסיס ל- bonding (קשר) ראשוני בין הילוד לאמו.
- מוריד רמת כאב.
- מפחית סיכוי לבכי.
- מעלה את הסיכויים להנקה מוצלחת.

יתרונות מגע עור לעור לאם

- מפחית חרדה אימהית.
- מעלה תחושה של רוגע ואהבה.
- מחזק קשר ראשוני בין האם לילוד.
- מזרז ייצור חלב ראשוני.
- מזרז הפרשת אוקסיטוצין שהינו חומר המכווץ את הרחם.





כיצד מתבצע מגע עור לעור ?

לאחר הלידה יש להקפיד על ייבוש עור הילוד ולהניח אותו על אמו. כאשר הוא מכוסה בחיתול / שמירה יש לעמעם אורות, לסגור מזגן ולהביא את הילוד לאם ולמלווה להכרות ראשונית. מומלץ לקיים מגע זה למשך שעה לפחות. כשהתינוק מראה סימנים של רצון לינוק יש לתת לו להגיע לתנוחת יניקה ולוודא בטיחות של התינוק ונוחות של האם. אמהות שעברו לידה מורכבת, ניתוח קיסרי או קיבלו תרופות מטשטשות - יש לעודד מגע עור לעור בהקדם ותחת השגחה.

מהו מגע עור לעור בפגיה?

גוף חשוף של הפג במגע ישיר עם חזה חשוף של האם - רצוי עם חיתול וכובע בלבד, בתנוחה אנכית למשך זמן ממושך. מומלץ גם לאב לבצע.

מהם יתרונות שיטת הקנגורו לפג?

- שימור דופק יציב.
- הורדה משמעותית של הפסקות נשימה.
- נשימה סדירה.
- חמצון טוב יותר של הגוף.
- שמירה על חום הגוף.
- השפעה חיובית על זמני שינה וערות.
- מפחית בכי.
- עליה מהירה יותר במשקל - יותר הזדמנויות להנקה.
- Bonding מוקדם יותר (חיזוק קשר אם-ילוד).
- שחרור מוקדם יותר מביה"ח.

מזל טוב ובהצלחה!

