



وزارة الصحة
المديرية العامة للخدمات الصحية
بمحافظة شمال الباطنة
مستشفى ومجمع صحة الصحي

فوائد التلامس الجلدي المباشر بين الأم ورضيعها

التلامس الجلدي لحديثي الولادة مع أمهاتهم بعد الولادة بفترة وجيزة يخفف من الانتقال المجهد من رحم أمهاتهم الى العالم الخارجي، كما أن التلامس الجلدي يدعم الأمهات لبدء الرضاعة الطبيعية وتطويع شعور الأمومة والمحبة مع أطفالهن.



والتلامس الجلدي المباشر له فوائد صحية عديدة للأم والطفل والأب أيضاً

ما المقصود بالتلامس الجلدي المباشر بين الأم ورضيعها؟

ملامسة الجلد للجلد هي عملية تجفيف الطفل ووضعه مباشرةً على صدر الأم دون ملابس بعد الولادة، ويتم تغطية الأم والطفل ببطانية دافئة. كما يمكن القيام بهذه العملية في أي وقت يحتاج فيه الطفل للتهديئة أو الراحة.

في حالة الولادات القيصرية، فإنه يمكن القيام بهذه العملية لاحقاً بعد وقت قصير من الولادة القيصرية، كما يمكن للأب القيام بهذه العملية إذا كان وضع الأم لا يسمح بذلك.

كيف أقوم بعملية التلامس الجلدي المباشر؟

إذا كان طفلك بصحة جيدة، فمن الأفضل قضاء بعض الوقت في الملامسة الجلدية. عادةً ما يرتدي طفلك حفاضاً وقبعة ثم يوضع على جلدك، البسي ملابس واسعة بدون صدرية وضعي طفلك بداخل ملابسك، ثم ضعي بطانية دافئة عليكما إذا كان الجو بارداً





لجنة مستشفى صديق الطفل
BFHI committee

فوائد عملية التلامس الجلدي المباشر لأم

- تساعد على تقليل خطر الإصابة باكتئاب ما بعد الولادة.
- يزيد من ثقتك بنفسك كأم جديدة.
- يساعد على تسهيل عملية الرضاعة الطبيعية وزيادة كمية الحليب المنتجة.
- تساعد في تقليل خطر الإصابة بنزيف ما بعد الولادة.
- تساعد على تعزيز الترابط الصحي بين الأم وطفلها.
- يعزز غريزة الأمومة.



فوائد عملية التلامس الجلدي المباشر للطفل

- يهدئ ويريح الطفل.
- ينظم درجة حرارة جسم الطفل.
- يساهم في انتقال البكتيريا النافعة من الأم لجلد الطفل، والتي تعمل على توفير الحماية من العدوى في المستقبل.
- ينظم تنفس الطفل ويضبط معدل ضربات قلبه، مما يساعده على التكيف مع الحياة خارج الرحم بشكل أسرع.
- يحفز الهضم والرغبة بالرضاعة.
- يقلل من التوتر والألم.
- يعزز زيادة الوزن بشكل صحي.
- يساعد على تأسيس الرضاعة.

فوائد عملية التلامس الجلدي المباشر لأب

- لا تعتبر ممارسة عملية التلامس الجلدي المباشر دكراً على الأمهات فقط؛ حيث يمكن للآباء المشاركة فيها وقضاء بعض الوقت مع أطفالهم.
- تساعد على تقوية الارتباط بينهم.
- تحفيز غرائز الأبوة من خلال ملامسة الجلد للجلد.

- تنظيم حرارة جسم الطفل وضربات قلبه كما هو الحال مع الأم.
- سماع أصوات كلا الوالدين يساعد على تهدئة الطفل.
- يساعد على شعور الأب بمزيد من الثقة كأب جديد.

“إن الملامسة المباشرة بين الأم وطفلها عقب الخروج من غرفة العمليات وحتى قبل تنظيف الطفل يساعد على تقوية مناعة الطفل من خلال البكتيريا التي تصله من جسم الام والتي تحصنه من الكثير من الأمراض، كما يقلل التلامس من بكاء الطفل وتوتره بعد الولادة”



f in OmanHealth

Instagram X YouTube OmaniMOH