



在媽媽生產後半小時內，馬上把未穿衣服的寶寶放在媽媽的胸前，提供肌膚對肌膚親密接觸時間至少 30 分鐘，對媽媽和寶寶都好處多多唷！





一、什麼是母嬰肌膚接觸

在媽媽生產後半小時內，馬上把未穿衣服的寶寶放在媽媽的胸前，提供肌膚對肌膚親密接觸(Skin to skin)，時間至少 30 分鐘。



研究表示產婦應儘早與寶寶肌膚接觸或擁抱嬰兒、哺餵母乳和照顧寶寶，其中包括身體狀況許可的早產兒或有先天性問題的嬰兒。



二、母嬰肌膚接觸的好處



- 能讓寶寶體溫穩定
- 維持寶寶血糖濃度
- 寶寶更容易含上乳房且含的更好
- 寶寶較不易哭鬧
- 當寶寶一生下來就接觸媽媽身上正常的菌種，促進體內正常菌種的產生，對於預防感染或減少過敏有正向的幫助
- 改變母親體內賀爾蒙分泌，使母親情緒更穩定，穩固親子關係





三、母嬰肌膚接觸的重要性

經研究證明表示，增進母親和嬰兒關係建立的重要時刻是產後首先的數小時或甚至於數分鐘內。新生兒最初發展之感覺器官是皮膚，產婦可藉著身體的接觸與哺餵的機會，與寶寶建立親子結合及依附關係。



此時哺餵母乳，即使新生兒沒有主動的吸吮，也可藉由舔和聞母親的皮膚，開始熟識母親的氣息，並有助於寶寶安全感的建立。

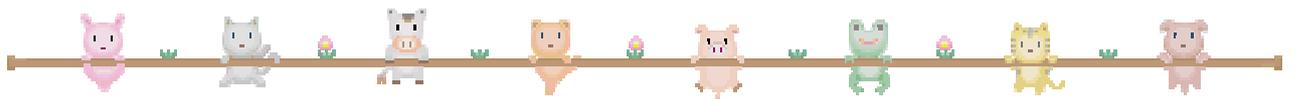




四、母嬰肌膚接觸的方式及時間

產後半小時內馬上把未穿衣服的寶寶放在媽媽的胸前，提供肌膚對肌膚親密接觸(Skin to skin)，時間至少30分鐘。

如果媽媽覺得疲累想提前終止接觸，或者認為接觸時間不夠，皆可向護理人員反應，視情況縮短或延長肌膚接觸時間，滿足您的需求。



過程中以不影響寶寶與媽媽肌膚接觸為前提，可在寶寶背部上覆蓋暖被維持寶寶體溫。



五、如何注意寶寶變化



肌膚接觸時請讓寶寶正面趴在媽媽胸腹部，除哺餵母乳時間，寶寶頭部應轉向側邊，家屬的視線勿離開寶寶。

寶寶若出現以下情形請通知護理人員，我們會停止肌膚接觸，並提供適宜處置：

- ◆ 嘴唇顏色暗紅、發紫情形
- ◆ 口鼻有分泌物



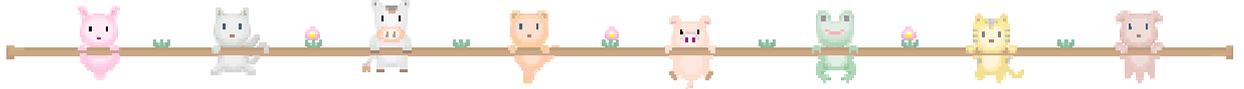
六、寶寶出現以下情形請勿過於擔心



- ◆ 打噴嚏
- ◆ 打哈欠
- ◆ 身體用力，臉漲紅好像要解大便的樣子
- ◆ 下巴或腳踝抖動
- ◆ 響亮的哭聲
- ◆ 聽到很大的聲音或是突然的動作會讓他有驚嚇的行為反應
- ◆ 有點鼻塞或呼吸有聲音



母嬰肌膚接觸的 權利與義務



- ❏ 媽媽生產後和寶寶肌膚親密接觸，好處多！
- ❏ 請不要放棄你和孩子這一生中最親蜜的時刻！珍惜彼此肌膚接觸時間至少 30 分鐘以上！
- ❏ 當媽媽感到身體不適、想休息或寶寶嘴唇顏色有暗紅、發紫情形，我們會停止肌膚接觸，並提供適宜處置！
- ❏ 讓護理人員提供您所希望接觸的時間，讓您擁有一個難忘的美好親子肌膚接觸體驗！



國泰綜合醫院 產房關心您