

HUD-MOT-HUD

HUR VÅRDAS BARNET HUD-MOT-HUD?

Barnet ligger fördelaktigt på mage mot din bröstorg, med armar och ben böjda och med huvudet vänt åt sidan. Barnet kan också ligga på sida mot din bröstorg. Det prematura barnet behöver dock ligga med sina ben indragna under magen.

För att hjälpa barnet att trivas och må bra är det viktigt att barnet har en upprätt kroppsposition, det är bland annat för att minska luftvägsmotståndet. Därför är det bra att du som förälder halvsitter i sängen/fåtöljen så att barnets kroppsposition optimeras.

De flesta vård- och omvårdnadsåtgärder samt observationer kan göras då barnet vårdas hud-mot-hud.



9 FÖRDELAR MED HUD-MOT-HUD

1. STÄRKER ANKNYTNING

Vid traumatiska förlossningar/neonatalvård kan anknytningen bli fördröjd, men den går att kompensera genom tidig hud-mot-hud. Yttre stimuli motas bort och ditt barn kan känna sig trygg till att öppna sina ögon och söka kontakt med dig som förälder. Forskning visar att föräldrar som vårdar sitt barn mer hud-mot-hud kan få en ökad känsla av självförtroende och en tillfredsställelse av att kunna hjälpa sitt barn.

2. JÄMNARE SÖNMÖNSTER

Barn som vårdas hud-mot-hud har längre perioder av fokuserad vakenhet och sover längre stunder. Ett moget sönmönster utvecklas tidigare med färre uppvaknanden och mer djupsömn.

3. GER VÄRME

Barnets temperatur stabiliseras då värmen från din hud blir barnets värmekälla. Din hudtemperatur anpassar sig efter barnet och risk för låg temperatur hos barnet minskar. Viktigt att tänka på att lägga filtar tätt intill barnets kropp så kalla luftströmmar ej kyler ner, vid behov även använda mössa. Då barnet lättare håller värmen hud-mot-hud medför det ett stabilare blodsocker, eftersom ingen onödig energi läggs på att hålla värmen.

VÄND



REGION
KRONOBERG

9 FÖRDELAR MED HUD-MOT-HUD

4. FRÄMJAR AMNING

Med barnet hud-mot-hud kan ni lättare känna barnets signaler på vakenhet och sökbeteende. Barnet har nära till bröstet och kan i ett tidigt skede börja amningsträna och sugtekniken ges möjlighet att utvecklas fortare.

Genom beröring av huden hos mamma, främst kroppens framsida, stimuleras hormonet oxytocin som i sin tur stimulerar bröstmjölksutdrivningen.

5. FÖRBÄTTRAR MATSMÄLTNING

Forskning visar att tillväxten hos barnet gynnas då matsmältningen förbättras. Detta resulterar i bättre utveckling av hjärnan och andra organ. Att tillmata barnet i famnen är ofta att föredra framför säng/kuvös.

6. GER TRYGGHET

De sinnesintryck som barnet möter på en neonatalavdelning är annorlunda på alla sätt än de som barnet upplever i mammas mage - beröring, smak, rörelse, hörsel och synintryck. För barnet innebär hudkontakten en uppväxtmiljö som liknar den miljö det skulle haft i livmodern: upplevelser av mammas kroppsliga rytm, röst (även den övriga familjens röster) och doft, som har samma doft som fostervattnet. Denna plats ger visst skydd mot de störande sinnesintryck som barnet utsätts för under vårdtiden på avdelningen och barnet får tid till att anpassa sig till livet utanför mammas mage.

7. STABILISERAR ANDNING OCH CIRKULATION

Barn som vårdas hud-mot-hud kan upplevas mer stabila i sin andning och cirkulation än de barn som ligger själva i kuvös/säng. Forskning visar att barnet kan få en högre och stabilare syresättning, stabilare andningsfrekvens och hjärtfrekvens, minskat luftvägsmotstånd samt mindre andningsuppehåll.

8. MINSKAD STRESS

Behaglig hudkontakt leder till en frisättning av hormonet oxytocin hos både föräldrarna och barnet. Frisättningen sätter igång processer i hjärnan som har en lugnande effekt, den har även ett samband till tilliten och anknytningen mellan barn och förälder.

Man har sett att hud mot hud leder till minskad nivå av stresshormoner hos föräldern vilket leder till minskad stress även hos barnet, samt att mammor drabbas i mindre omfattning av nedstämdhet eller depression.

9. MINSKAD SMÄRTA

När vårdåtgärder som kan vara obehagliga eller smärtsamma utförs med barnet hud-mot-hud upplever barnet mindre smärta, exempel på det kan vara provtagning, sonsättning, ultraljud etc.



REGION
KRONOBERG

