

TIẾP XÚC DA KÈ DA: CHĂM SÓC KANGAROO CÓ LỢI NHƯ THẾ NÀO CHO BÉ

Ngay khi bạn có thể bế trẻ sơ sinh, đặc biệt là nếu trẻ sinh non, hãy cân nhắc đến việc ôm ấp da kề da với trẻ.

Kiểu tiếp xúc da kề da này, còn được gọi là chăm sóc Kangaroo, có lợi cho cả bạn và em bé. Ví dụ, nó có thể thúc đẩy sự gắn kết và giải phóng hormone tạo cảm giác dễ chịu. Nó cũng có thể giúp điều chỉnh nhiệt độ cơ thể và nhịp tim của em bé.



Chăm sóc theo phương pháp Kangaroo là gì?

Phương pháp Kangaroo (còn gọi là phương pháp chăm sóc bà mẹ Kangaroo) là phương pháp chăm sóc trẻ nhẹ cân, sinh non được áp dụng dựa trên ý tưởng từ việc chăm sóc con của những chú Kangaroo. Đây là kiểu ôm ấp trẻ sơ sinh sao cho làn da của bé và làn da của mẹ (hoặc bố) tiếp xúc trực tiếp với nhau. Thông thường, bác sĩ sẽ đặt bé nằm trên ngực trần của mẹ, chỉ sử dụng một tấm chăn phủ lên lưng bé. Việc tương tác qua da sẽ mang lại những lợi ích cho cả mẹ và con.

Ngày nay, phương pháp Kangaroo đã được áp dụng rộng rãi trên toàn thế giới vì những lợi ích sức khỏe mang lại cho trẻ sơ sinh, đặc biệt là trẻ sinh non.

Lợi ích của việc chăm sóc Kangaroo cho trẻ sơ sinh

- Trẻ được giữ ấm, ổn định nhịp tim, nhịp thở và đường huyết.
- Tạo điều kiện cho sự phát triển tối ưu của não.
- Kích thích hệ tiêu hóa và giúp bé tăng cân đều.

TIẾP XÚC DA KẼ DA: CHĂM SÓC KANGAROO CÓ LỢI NHƯ THỂ NÀO CHO BÉ

- Kích thích hệ miễn dịch cho trẻ.
- Trẻ được bú sớm, sữa về nhiều hơn.
- Các trẻ được tiếp xúc trực tiếp Da kề da sẽ ít khóc hơn so với các trẻ được bệnh viện chăm sóc.

Những lợi ích này vẫn rõ ràng ngay cả khi chỉ dành vài phút mỗi ngày để chăm sóc theo phương pháp Kangaroo.

Lợi ích của việc chăm sóc Kangaroo cho mẹ

Khi mẹ được tiếp xúc gần gũi với bé, cơ thể mẹ sẽ kích thích tiết hormone làm vú nhanh tiết sữa hơn và mẹ nuôi con bằng sữa dễ dàng hơn.

Da kề da giúp kích thích cơ thể mẹ giải phóng Oxytocin, giúp mẹ cảm thấy thư giãn, bớt lo lắng và gắn kết với con nhiều hơn. Hoóc môn này cũng dẫn tới nhiều biến đổi có ích với cơ thể mẹ: rút ngắn thời gian phục hồi; giảm huyết áp; tăng khả năng chịu đau; mẹ giảm nguy cơ trầm cảm. Oxytocin cũng kích thích tử cung co thắt làm giảm nguy cơ xuất huyết sau sinh.

Quy trình thực hiện phương pháp Kangaroo

Đối với bé sinh thường, da kề da cần thực hiện ngay sau khi lau khô, sau đó mới cắt rốn. Đối với bé sinh mổ da kề da được thực hiện ngay sau khi kẹp cắt rốn muộn. Phương pháp da kề da cần được thực hiện đúng quy trình chuẩn để mang lại hiệu quả tích cực nhất cho bé:

Thực hiện da kề da ngay sau sinh (trừ trường hợp bé cần được chăm sóc y tế đặc biệt)

Nên đặt bé nằm xấp ngay trên da mẹ, giữa mẹ và bé sẽ không còn khoảng cách khi phần mặt, ngực, bụng và chân của bé được áp sát người mẹ, đầu bé nghiêng một bên áp sát vào người mẹ.

Có thể cho bé mặc tã hoặc đội mũ. Dùng ga, chăn đắp đắp trên mình bé và mẹ, tuy nhiên tuyệt đối không được che đầu, mặt bé.

Thực hiện da kề da cho bé ít nhất 1 giờ sau sinh. Tiếp tục thực hiện da kề da cho trẻ trong vài ngày tới càng nhiều càng tốt.

Trong trường hợp mẹ không thể thực hiện da kề da cho bé, một thành viên trong gia đình có

TIẾP XÚC DA KẼ DA: CHĂM SÓC KANGAROO CÓ LỢI NHƯ THỂ NÀO CHO BÉ

thể thực việc này thay mẹ.

Sau đó, bạn vẫn có thể tiếp tục thực hiện trong những ngày kế tiếp, điều này đặc biệt có lợi đối với bé sinh non, bé nhẹ cân và bé không có khả năng tự điều chỉnh nhiệt độ. Cụ thể, việc thực hiện liệu pháp da kề da ở những thời điểm khác nhau sẽ mang đến những hiệu quả khác nhau:

- Từ 0 đến 90 phút: Tốt cho việc phát triển não bộ
- 0 - 6 giờ sau sinh: Ổn định nhịp tim và nhịp thở
- 6 - 24 giờ sau sinh: Hình thành lịch bú mẹ và chu kỳ ngủ ổn định
- 12 giờ - 8 tuần sau sinh: Thắt chặt tình mẫu tử.

Nguồn:

<https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/preemie/Pages/About-Skin-to-Skin-Care.aspx>

Khoa Hậu sản - Hậu phẫu