

產房親子接觸須知

一、什麼是肌膚接觸？

出生後的第1~2小時是新生兒最清醒的時刻，是幫助寶寶與媽媽及其他家人互動親子接觸最佳時機。此時寶寶會嘗試睜開眼睛、抬起頭（尋找媽媽的聲音）、同時會出現一些吸吮、伸舌頭、尋乳動作，是最適合開始哺乳的時刻，媽媽生產後醫護人員立即將寶寶放在媽媽胸前，沒有衣服以及包布阻隔，直接與媽媽的肌膚接觸。

二、產後即刻肌膚接觸好處

- 1.使寶寶更穩定：肌膚接觸的嬰兒體溫、呼吸較穩定，較不會出現低血糖情形。
- 2.促進親子關係：嬰兒被抱在懷裡會較滿足且有安全感，並激發對嬰兒的哺乳意願。
- 3.促進母親的子宮收縮：促使母體賀爾蒙之分泌，幫助子宮收縮、減少產後出血。
- 4.促進母乳哺育：肌膚接觸促進乳汁分泌，增進哺育。

三、親子接觸圖

產台上肌膚接觸	哺餵母乳
	

寶寶出生後，只要母嬰的狀況允許，醫護人員將寶寶皮膚擦乾後，讓寶寶赤裸直接趴在媽媽的胸懷裡（寶寶全裸覆蓋包布及烤燈保暖），持續且不干擾的讓母嬰雙方熟悉彼此，依媽媽需求沒有限制產後與寶寶進行肌膚接觸至少20分~1小時。醫護人員會教導媽媽及陪產者觀察寶寶有想吃奶的表現並協助媽媽哺乳，不要強迫寶寶吸奶，只要注意寶寶安全及觀察寶寶膚色活力良好。

四、寶寶吸奶、正確含乳的表現

- 1.想吸奶的表現：會主動轉頭尋找媽媽的乳房，吐舌、嘟嘴、吸手指等行為。

產房親子接觸須知

- 2.在哺餵母乳的過程可以觀察：嬰兒下巴有無緊貼乳房，下唇外翻成「<」字型，餵食。
- 3.過程中會有緩慢且深的吞嚥動作。

五、親子接觸注意事項

- 1.在親子接觸的過程中不能碰觸鋪在產婦身上的消毒無菌包布，避免感染。
- 2.隨時觀察新生兒膚色、呼吸、活動力情況，若中途產婦有身體不適的狀況而無法持續親子接觸，請隨時告知護理人員。

參考資料：

周雨樺、蕭仔伶（2020）。產褥期的護理。於余玉眉總校閱，*實用產科護理學*（十版，386-397 頁）。新文京。

World Health Organization, UNICEF, & Wellstart International. (2022). *Skin-to-skin contact*. <https://www.unicef.org.uk/babyfriendly/baby-friendly-resources/implementing-standards-resources/skin-to-skin-contact/>