

第一次擁抱～ 新生兒即刻肌膚接觸

壹、什麼是新生兒即刻肌膚接觸？

新生兒剛從媽媽子宮出來，媽媽的身體，是新生兒來到這個世界感覺最為安全的地方，擁抱新生兒，這個愛的舉動，是建立母嬰情感的第一步。

貳、即刻肌膚接觸的好處

- 一、促進親子關係建立。
- 二、幫助新生兒呼吸、心跳、體溫穩定。
- 三、減少新生兒哭鬧。
- 四、新生兒能及早接觸媽媽身上的正常菌叢，減少感染。
- 五、幫助新生兒胎便排出。
- 六、幫助媽媽放鬆，促進乳汁分泌。
- 八、可促進媽媽分泌催產素，有助於子宮收縮，減少產後出血的機會。

參、什麼時候做即刻肌膚接觸呢？

出生後經醫師評估，母嬰健康狀況良好，醫護人員會將新生兒放在媽媽胸前，沒有包布或衣服的相隔，直接與媽媽的肌膚接觸（如圖 1）。

肆、如何做即刻肌膚接觸呢？

一、如果您是陰道生產

在接生室產台上進行，護理師協助擦拭乳房上的汗水後，將裸露新生兒抱給媽媽皮膚對皮膚接觸，並加以保暖，當新生兒想要吸奶時，會幫忙讓其含住乳房吸吮。

二、如果您是剖腹生產

在手術室產台上進行，護理師將裸露新生兒抱給您，並在旁協助抱住新生兒，讓新生兒能與媽媽皮膚對皮膚接觸，當新生兒想要吸奶時，會幫忙讓其含住乳房吸吮。



圖 1 新生兒肌膚直接與媽媽的肌膚接觸

伍、即刻肌膚接觸時該注意什麼？

- 一、肌膚接觸時，沒有衣服或是包布的阻隔，新生兒直接與媽媽的肌膚接觸，會嘗試睜開眼睛、抬起頭（尋找媽媽的聲音）、同時出現一些吸吮、伸舌頭、尋乳的動作（如圖 2），此時就是最適合開始哺乳的時刻。
- 二、進行即刻肌膚接觸，新生兒舒適的俯臥在媽媽胸前，除了撫摸、對話外，也能藉由媽媽的體溫維持溫暖，過程中應隨時注意新生兒呼吸道的通暢。
- 三、不限時間、地點，讓新生兒和媽媽彼此之間藉由擁抱、撫摸，交換感覺的訊息，彼此互相熟悉味道。



圖 2 肌膚接觸時新生兒表現

