

9 этапов «священного часа»

Первый час после рождения: доверьтесь себе, природе и малышу

Мама и ребенок

Возможность раннего контакта малыша и мамы в первый час после рождения очень важна. Обязательно обсудите это с лечащим врачом, подготовьтесь к родам. Счастливой встречи с вашим малышом!

Плач новорожденного



Характерный плач начинается сразу после рождения: так малыш развивает и расширяет свои легкие.



Расслабление

Малыш не шевелит ртом, его руки расслаблены.



Активность

Малыш начинает активно открывать рот и глаза, совершать сосательные движения, искать маму.



Пробуждение

Малыш делает легкие движения плечами и головой. Могут открыться глазки и ротик.



Отдых

Малыш может периодически то проявлять активность, то отдыхать в этот самый важный час после рождения. В этот период ребенок обычно находится в тесном контакте «кожа к коже» с мамой и укрыт теплым одеялом.



Ползание

Новорожденный совершает кратковременные движения, направленные на поиск груди и соска.



Новорожденный самостоятельно берет сосок и приступает к сосанию. Время может отличаться.

Сосание

Например, если у матери была анестезия в течение родов, ребенку может потребоваться больше времени, чтобы сформировать связь и пройти все стадии с целью начать сосание.



Знакомство

Малыш знакомится с мамой, прикладываясь к ее груди и трогая ее ручками.

В случае кесарева сечения

Этот священный час можно пережить после кесарева сечения: достаточно положить ребенка поперек груди матери по завершении операции.

Сон

Новорожденный (а иногда и мама) впадают в сон, необходимый для отдыха.

Почему так важен контакт «кожа к коже»?

Исследования показывают, что связь между мамой и ребенком имеет РЕШАЮЩЕЕ значение для дальнейшего развития и роста малыша. Быть вместе, согреть своим теплом новорожденного — самый лучший способ настроиться на ребенка. Контакт «кожа к коже» позволяет маме получить его сигналы, начать с ним общение, что крайне важно для формирования устойчивой эмоциональной близости мамы с малышом и налаживания грудного вскармливания.