

Hud-mod-hud kort og godt

Tidlig hud-mod-hud-kontakt gavner både dig og dit barn. Du har brug for at mærke dit barn, holde og beskytte det, og dit barn har brug for at være tæt på og mærke dig. Hud-mod-hud-kontakten gør barnet og forælderen rolig, fordi det udløser anti-stress hormoner både hos dig og dit barn.

Barnet er ofte mere roligt og sover dybere, når det sover på sine forældres bryst.

Ved hud-mod-hud kontakt sidder eller ligger du med dit nøgne barn mod din hud. Barnet ligger i oprejst stilling på sin mors eller fars bryst. Jo større en del af barnet, der har direkte hudkontakt med forælderen jo bedre. Det vigtigste er, at barnets mave og bryst har kontakt med forældrenes hud.

Hav dit barn hud-mod-hud så meget som muligt, gerne mange timer hver dag. Efterhånden som barnet bliver mere rask og har brug for mindre overvågning og hjælp, bliver det også muligt for dig at gå rundt i afdelingen med dit barn hud-mod-hud, eventuelt i en vikleslynge.



Nogle børn kan i perioder være for sarte til at klare selve flytningen fra seng/kuvøse til deres mor eller far. Indtil barnet kan klare flytningen, kan du sidde ved kuvøsen og holde om dit barn.

Efter dit barn er kommet i vugge, har det stadig gavn af hud-mod-hud kontakten. Du kan sidde hud-mod-hud med dit barn når som helst. Det kan være en god idé at gøre det om formiddagen, når dit barn er blevet vasket, og så vente flere timer med at give barnet tøj på.

Hvis dit barn har en bodystocking, der kan åbnes foran, kan du nemt sidde/ligge hud-mod-hud med barnet flere gange om dagen. Dit barn kan stadig have glæde af hud-mod-hud-kontakten når I kommer hjem.

Neonataalklinikken
Afsnit 5023
Juliane Marie Centret
Rigshospitalet
Blegdamsvej 9
2100 København Ø

Web: www.neonatal.rh.dk
E-mail: neonatal@rh.regionh.dk
Udarbejdet af: Sygeplejerske Dorthe Mai og ammekonsulent Ragnhild Måstrup.
Senest revideret: November 2010

Hud-mod-hud

Barnet ligger nøgent på mors eller fars bryst



Langt de fleste børn, der er indlagt i neonatalafdelingen, kan ligge hud-mod-hud hos deres forældre.



Hud-mod-hud-kontakt kan være en god overgang fra livmoderen til verden udenfor.



Hud-mod-hud-kontakt er godt for barnets udvikling. Barnet bliver holdt varmt, og det bliver ofte mere roligt.

Forældre og barn bliver hurtigere tæt knyttet til hinanden, og forældrene bliver specialister i at læse deres barns signaler.



Når barnet får hud-mod-hud-kontakt, kan det lettere lære at spise ved brystet.

Hud-mod-hud-kontakt kan give moderen mere mælk til sit barn.



For tidligt fødte børn sover bedre, når de ligger hud-mod-hud. Det er derfor godt, at barnet gennemløber en hel søvn-cyklus (eller flere), mens det ligger hud-mod-hud.

Det er bedst, at barnet ligger hud-mod-hud, indtil det selv vågner. Barnet må være hud-mod-hud i det omfang, forældrene har lyst – dvs. op til 24 timer i døgnet ☺

