

부모와 신생아의 유대 형성에 도움이 되는 캥거루 케어

출산 후 엄마와 아기의 피부 접촉은 엄마가 아기를 알게 하는 좋은 방법이다. 연구에 따르면 엄마와 신생아의 피부 접촉은 아기 정서의 발달에 긍정적인 영향을 미치고 부모에 대한 아기의 신뢰감의 형성에 도움이 된다.

캥거루 케어가 부모에게 좋은 이유

- ✓ 아기와 유대감 형성에 도움을 준다.
- ✓ 아기를 돌보는 것에 대한 자신감을 증진시킨다.
- 엄마에게 좋은 점:
 - ✓ 산모의 혈압을 낮추는 효과가 있다.
 - ✓ 산모의 심장박동을 안정시켜준다.
 - ✓ 모유를 증가시키는 효과가 있다.
 - ✓ 상처 회복에 도움이 된다.
 - ✓ 산후우울증 발생 확률을 낮출 수 있다.



캥거루 케어 사전 준비사항

- 사전에 간호사에게 아이와 언제, 어떻게 피부 접촉을 하는지에 대해 문의를 한다.
- 아이와의 피부 접촉을 위해 준비를 한다. 엄마가 한 시간 혹은 한 시간 이상 앉아야 할 것이다.

아기와 피부 접촉을 할 때

- 아기가 숨을 잘 쉴 수 있도록 아기의 얼굴을 한쪽으로 돌려준다.
- 아기의 다리를 살짝 구부려 안고, 아기의 손을 얼굴 옆으로 가져온다.
- 아기의 등과 머리를 덮어준다.
- 아기에게 최소한 한(1) 시간 캥거루 케어를 해 준다. 더 오래 해도 좋다.

아기에게 “손 포옹”을 해준다

부모는 인큐베이터에 있는 아기에게 “손포옹”을 해줄 수 있다.

“손 포옹”을 하는 법

- 아기의 양팔을 몸통 앞으로 가져온다.
- 손을 컵 모양으로 부드럽게 아기의 머리 위에 모은다.
- 다른 손을 아기의 발에 컵의 모양으로 모은다.
- 아기에게 “손 포옹” 해 줄 때 손을 흔들리지 않도록 한다.



사진을 제공해 주신 모든 분들께 감사합니다.

www.fraserhealth.ca

이 정보는 의사의 의료적 조언을 대신할 수 없습니다.

Catalogue #264965 (March 2016) Korean
To order: patienteduc.fraserhealth.ca

Korean

엄마와 신생아의 피부 접촉 신생아집중치료실

Skin-to-Skin Cuddling Neonatal Intensive Care Unit



엄마와 아기에게 모두 좋은
캥거루 케어

Good for Baby
Good for You

 **fraserhealth**

캐거루 케어가 아기에게 좋은 이유 Why skin-to-skin cuddling is good for baby

피부 대 피부

- 아이와 엄마의 친화적 신체접촉-

아기에게 자연적인 공간을 만들어 준다.
부모와의 직접 피부 접촉은 모든
아기에게는 좋다. 특히 미숙아에게는
매우 중요하다.



엄마와 직접 피부접촉을 할 때, 아기가:

- 엄마의 심장박동 소리와 목소리를 듣게 된다.
- 엄마의 체취를 맡게 된다.
- 엄마의 호흡과 움직임을 감지하게 된다.
- 엄마의 피부를 닿게 된다.
- 덜 운다.

엄마와의 피부 접촉은 아기가 낯선 외부
환경에 적응하는 데에 도움이 된다.

아기의 신체 발달에 도움이 된다.
엄마와의 피부접촉은 아기의 신체발달을
촉진시키는 효과가 있다.

엄마와의 피부 접촉은:

- 아기의 심장박동수와 호흡을 안정시키고
- 혈당을 정상치로 유지해 준다.

캐거루 케어는 또한 아기의 적정 체온을
유지해 준다. 엄마와의 피부 접촉은
아기의 체온을 2도 정도 높여주거나 1도
정도 낮추어 주는 효과가 있다.

엄마와의 피부 접촉은 또한 아기를 엄마
피부에 있는 건강한 산재균에 유출하게
하여 아기를 보호해 주는 역할을 한다.



아기의 두뇌 발달에 좋은 영향을 준다.
임신 24 주~40 주 동안에 태아의 뇌는
네배의 정도로 커진다. 엄마의 목소리를
듣고 체취를 맡으며 엄마의 움직임을
감지하고 엄마와 접촉하는 것은 아기의
두뇌 발달에 도움이 된다.

출산예정일에 가까워지면 조산된 아기가
깨어 있을 때 엄마와 주변의 세상을 보기
시작한다. 이때 엄마의 목소리를 듣는
것은 아기의 언어 발달에 도움을 준다.
엄마와 아기의 피부 접촉 시간은
아기에게 이야기해주고 노래해주며 책을
읽어 주는 좋은 시간이다.

모유수유에 도움이 된다.
엄마와의 친밀한 접촉을 통해 아기는
냄새가 나는 엄마의 가슴으로 움직여서
엄마의 젖을 찾아 물게 된다.

아기가 움직여서 엄마의 젖을 찾기
시작하면 간호사에게 아기가 젖을
물리는 방법에 대해 문의한다.

아기가 배고픈 신호:

- 엄마 가슴 쪽으로 얼굴을 향하여
젖을 찾는다.
- 입을 움직인다.
- 손가락이나 주먹을 빨다.
- 손을 입으로 가져간다.

미숙아에게도 젖을 물고 빠는 것을
훈련시킬 수 있다.



만기 임신은 출산이 39 주~41 주 사이에 출산하는 것을 말한다.
조산된 아기에게는 예정출산일은 '임신만기일'에 해당된다.