



**AKADEMISKA  
BARNSJUKHUSET**

# Hud-mot-hudvård

Information till föräldrar



## Har du frågor, kontakta:

Kontakta oss via e-tjänster på [www.1177.se](http://www.1177.se)



Vänd sida för  
att läsa mer!

# Varför hud-mot-hudvård?

Du som förälder är den viktigaste personen för ditt barn. Din närvaro och ditt deltagande i barnets vård gör stor skillnad under hela vårdtiden. Hud-mot-hudvård har visat sig ha många positiva effekter på barnets utveckling och chans till tillfrisknande. Därför är hud-mot-hudvård en mycket viktig del i barnets behandling och bör utföras så snart som möjligt efter ditt barns födelse. Ditt barns naturliga vårdplats är att vårdas hud-mot-hud med dig eller av dig annan utsedd person och bör vårdas där så stor del av dygnet som möjligt.

Genom att vara nära varandra lär du och ditt barn känna varandra. Som förälder kan du lättare uppfatta barnets tecken på att det är hungrigt, är oroligt eller vill amma. Ditt barn är bekant med din röst redan innan födelsen. Att höra din röst och välbekanta hjärtslag samt känna din doft ger ditt barn trygghet och kan även verka smärtstillande vid vårdåtgärder. Hud-mot-hudvård har även en lugnande effekt på dig som förälder.

Separation mellan dig och ditt barn bör undvikas i möjligaste mån och sker då barnet läggs i kuvös, på vattenmadrass eller i barnvagn.

## Fördelar med hud-mot-hudvård

- Anknytningen mellan dig och ditt barn stärks
- Ditt barn får en bättre metabol kontroll, tex mindre risk för låga blodsocker
- Minskad risk att barnet ska få en infektion
- Sinnesintrycken ditt barn får genom hud-mot-hudvård stimulerar dess neurologiska utveckling.
- Ditt barn får en jämnare och mer effektiv andning
- Ditt barn känner mindre smärta och stress
- Din kropp är en perfekt värmekälla och ditt barn får en stabilare temperatur genom kroppskontakten.
- Ditt barn växer bättre
- Kortare vårdtid
- Mamma får en snabbare/ökad mjölkproduktion och amningen kommer igång tidigare

# Vad innebär hud-mot-hudvård?

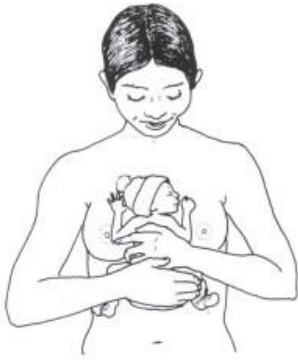
Hud-mot-hudvård innebär att du vårdar ditt förtidigt födda, eller sjuka nyfödda, barn hud-mot-hud.

Barnet, som bara har blöja på sig, placeras med armarna och ben böjda (i ”grodläge”) upprätt, hud-mot-hud mot förälders/anhörigs bröst, med huvudet vänt åt sidan.

För att trivas, må bra och ha fria luftvägar är det viktigt att barnet har kroppen och halsen sträckt – så att det inte får en hopsjunkna kroppsställning.

Sträva efter att ha det lugnt och tyst i rummet, framför allt när barnet ska sova

Du som vårdar barnet hud-mot-hud kan använda ett ”bärhjälpmedel” som finns att låna på avdelningen: en ”tubtopp” eller ”KMC-tröja” som håller barnet på plats. Personalen hjälper dig att prova ut rätt storlek. Med bärhjälpmedel kan du röra dig fritt med barnet på avdelningen, när detta är möjligt med tanke på barnets vård. Hör med personalen när det kan vara dags för er del.



## Vad gör man som förälder när man vårdar sitt barn hud-mot-hud?

På Neonatalavdelningen deltar föräldrar i barnets vård och tar över vården i den omfattning och takt som passar er, alltid i samråd med personalen. När ni vårdar barnet hud-mot-hud, ha gärna något att göra under tiden, tex något att läsa, handarbete, se på film, lyssna på musik etc.

Förutsatt att barnets vård medger det, kan du gå till föräldraköket för att laga mat, äta, träffa andra, och ut i trädgården sommartid när det är varmt.

Ditt barn bör vårdas hud-mot-hud så stor del av dygnet som möjligt, vilket kan vara arbetsamt och jobbigt. Det är viktigt att det blir bra både för dig och ditt barn. Tala om för personal vad de kan göra för att underlätta för dig, tex att de kan hämta barnets mat, värma barnets mat, ge dig något att dricka osv.



## Vila och sömn

Det är bekvämt både för dig och barnet att ha en halvsittande ställning när du vårdar barnet hud mot hud, även dagtid. Ha sängens huvudända något upprätt, både dag och nattetid då barnet vårdas hud-mot-hud. När förälder/den som vårdar barnet hud-mot-hud ska sova är det viktigt att barnet har en bra position; alltså ligger bra och har fria luftvägar och har övervakningsutrustning på sig. Prata med personalen så hjälper de till!



## Barnets vård då det vårdas hud-mot-hud

Barnets vård och övervakning ska vara exakt densamma oavsett om barnet ligger i en kuvös, säng eller vårdas hud-mot-hud. Ofta går det lättare för barnet att sondmatas om det sondmatas hud-mot-hud. De flesta vårdåtgärder kan utföras med barnet hud-mot-hud.

## Vilka kan vårda barnet hud-mot-hud?

Förutom föräldrar kan det underlätta om närstående deltar som ersättare när det behövs. Det kan vara syskon, övrig släkt och vänner. Ni som föräldrar avgör vem/vilka du i så fall vill ska delta. Det bör vara ett fåtal personer, så barnet upplever dem som bekanta

## Vårda barnet hemma med hud-mot-hud

När barnet mår bra och börjar få i sig mjölk själv via amning eller nappflaska, men fortfarande behöver matas med sond och/eller kopp och behöver hudkontakt för värmen kan det bli aktuellt att tillbringa den sista vårdtiden hemma med fortsatt hud-mot-hudvård hemma. När barnet inte längre har någon övervakning ska den som vårdar barnet hud-mot-hud vara vaken, detta för att minska risken för plötslig spädbarnsdöd. När både förälder och barn ska sova samtidigt ska barnet (som inte har övervakning) sova på rygg.



### 1177 Vårdguiden

Du hittar information och tjänster för din hälsa och vård på webbplatsen 1177.se. För sjukvårdsrådgivning ring 1177, öppet dygnet runt.



### Kontakt Akademiska

Akademiska sjukhuset nås via:  
Patientkontakt 018-611 30 33,  
[patientkontakt@akademiska.se](mailto:patientkontakt@akademiska.se)  
Växel 018-611 00 00  
[www.akademiska.se](http://www.akademiska.se)