

Rooming-In

# Rooming-In



## **What is Rooming-In?**

Rooming-in means keeping the newborn with the mother in the same room 24 hours a day throughout the hospital stay, unless a medical condition requires temporary separation.

### **Benefits for the Baby:**

- Enhances the sense of security and reduces stress
- Promotes on-demand feeding and better sleep regulation
- Reduces crying and improves behavioral stability
- Supports successful and longer duration of breastfeeding

### **Benefits for the Mother:**

- Increases confidence in newborn care
- Strengthens mother–infant bonding
- Improves responsiveness to infant hunger cues
- Reduces anxiety and the risk of postpartum depression

## **When is Rooming-In Recommended?**

- After normal or cesarean birth, if both mother and baby are medically stable.
- 24 hours a day with support and supervision from healthcare staff.

## **Scientific Evidence:**

- The World Health Organization (WHO) recommends rooming-in to promote breastfeeding and mother–infant bonding.
- Cochrane reviews indicate that rooming-in improves exclusive breastfeeding rates.
- The Baby-Friendly Hospital Initiative (BFHI) identifies rooming-in as one of the Ten Steps to Successful Breastfeeding.

مساكنة الطفل مع الأم

# مساكنة الطفل مع الأم



## ما هي المساكنة (Rooming-In)؟

المساكنة تعني بقاء المولود مع أمه في نفس الغرفة على مدار 24 ساعة يوميًا طوال فترة الإقامة في المستشفى، إلا في حال وجود سبب طبي يستدعي الفصل المؤقت.

### فوائد المساكنة للطفل:

- تعزيز الشعور بالأمان وتقليل التوتر
- تحسين تنظيم النوم ودعم الرضاعة حسب الطلب
- تقليل البكاء وتحسين الاستقرار السلوكي
- دعم الرضاعة الطبيعية وزيادة فرص استمرارها

### فوائد المساكنة للأم:

- تعزيز الثقة في العناية بالمولود
- تقوية الارتباط العاطفي بين الأم والطفل
- تحسين استجابة الأم لإشارات الجوع لدى الطفل
- تقليل القلق وخطر الإصابة باكتئاب ما بعد الولادة

## متى تُنصح المساكنة؟

- بعد الولادة الطبيعية أو القيصرية إذا كانت حالة الأم والطفل مستقرة طبيياً.
- على مدار 24 ساعة يومياً مع دعم وإشراف الطاقم الصحي.

## الدليل العلمي:

- توصي منظمة الصحة العالمية (WHO) بتطبيق المساكنة لدعم الرضاعة الطبيعية وتعزيز الارتباط بين الأم والطفل.
- تشير مراجعات Cochrane إلى أن المساكنة تحسن معدلات الرضاعة الطبيعية الحصرية.
- تعتبر مبادرة المستشفيات الصديقة للطفل (BFHI) المساكنة إحدى الخطوات الأساسية العشر لدعم الرضاعة الطبيعية.