



האיגוד הישראלי
למקצועות ההנקה



נייר עמדה בנושא רחצת ילודים לאחר הלידה

ארגון אפס הפרדה – 29/9/22

הבהרה – רחצה מוקדמת תחת הברז כמקובל בישראל לא תגרום בוודאות לאתגר בהנקה, לפגיעה במדדי התינוק ובריאותו ולפגיעה בהיקשרות ובבונדינג, המחקרים המדוברים בנייר העמדה מעידים על עלייה סטטיסטית בלבד בסיכויים למצבים אלו.

יתרונות ליילוד במעבר לרחצה עם עיטוף באמבטיה

- ✓ מניעת סטרס
- ✓ מניעת פגיעה בקצב הלב

יתרונות ליילוד בדחיית הרחצה

- ✓ הפחתת תחלואה קצרת טווח (לדוגמה היפתורמיה והיפוגליקמיה)
- ✓ הפחתת כמות בדיקות הסוכר
- ✓ העלאת הסיכוי לשיפור בשלות מערכת החיסון והעיכול בעקבות העלאת הסיכוי לעור לעור והנקה בלעדית
- ✓ ייתכן שגם דחיית הסרת חיידקי מי השפיר עד שיספגו בגופו מועיל לכך
- ✓ ובעקבות כך הפחתת הסיכויים לאלרגיות ותחלואה חמורה (זיהום וספסיס)
- ✓ תמיכה בהתפתחות מערכת העצבים
- ✓ מניעת ייבוש העור עבור פגים

יתרונות להורים בדחיית הרחצה

- ✓ עלייה בשביעות הרצון
- ✓ אפשרות למעורבות והתנסות ברחצת היילוד
- ✓ הפחתת הסיכויים למחלות בעקבות העלאת הסיכויים להנקה

יתרונות משותפים לאם וליילוד בדחיית הרחצה

- ✓ העלאת הסיכויים להתחלת הנקה, להנקה חלקית ולהאכלה בחלב אם בזמן האשפוז
- ✓ העלאת הסיכויים להנקה מלאה גם במהלך החודשים שלאחר הלידה
- ✓ הגדלת זמן העור לעור, ההיקשרות והבונדינג עם האם
- ✓ ובכך העלאת הסיכויים למניעת מחלות לאם וליילוד ומניעת אלרגיות ליילוד
- ✓ רוגע והפחתת כמות הבכי של היילוד

ההמלצות הבינלאומיות בשנים האחרונות בנוגע לרחצת יילודים לאחר הלידה הן דחיית הרחצה בלפחות שש-שמונה שעות או יממה, ורחצה עדינה באמבטיה לשמירה על חום גוף היילוד¹ ומניעת סטרוס ופגיעה בקצב הלב³ - אשר עלולים להתרחש בעקבות רחצה עם ספוגים⁴ ושטיפה תחת הברז⁵.

לדחיית ביצוע האמבטיה ישנם יתרונות רבים עבור היילוד והאם, העובדה שרחצת היילוד מורידה באופן משמעותי את חום גופו נמצאה כבר בשנת 2004 ע"י J. M. Medves ועמיתה⁶. במרץ 2020 פורסם מחקרם של Warren Susan ועמיתה⁷ אשר בחן את השפעת דחיית הרחצה ביממה על 545 יילודים מעל שבוע 34 לעומת 680 יילודים בקבוצת הבקרה, נמצא שהדחייה מביאה לירידה בכמות המקרים של היפותרמיה והיפוגליקמיה ליילודים ומעלה ב-33% את הסיכוי להנקה מלאה בעת השחרור מבית החולים. במרכז רפואי במערב התיכון עם ממוצע של 2100 לידות הונס נהל דחיית הרחצה ביממה, במרכז הרפואי Lehigh Valley Health Network בוצע בשנת 2014 מחקר ע"י C. Avron ועמיתותיה, 50 יילודים נרחצו לפי הנוהל הרגיל, ו-50 אחרים יממה לאחר הלידה, נמצא שחום הגוף הממוצע בגיל 4-6 שעות ליילודים שרחצתם לא נדחתה היה 36.5 לעומת 36.8 ליילודים שרחצתם נדחתה, בנוסף יילודים שרחצתם נדחתה לא אושפזו בגלל היפותרמיה, בניגוד ליילודים שרחצתם לא נדחתה⁸. באפריל 2019 פורסם מחקרם של Jill Chamberlain ועמיתה, דחיית הרחצה הביאה להפחתה משמעותית בכמות בדיקות הסוכר שנעשו ליילודים, כמות תוצאות בדיקות הסוכר מתחת ל-45, וכמות היילודים עם היפותרמיה⁹. במחקר שפורסם ע"י Jeanette Brogan ועמיתתה בדצמבר 2017, תואר שינוי שבוצע במרכז רפואי צבאי מרחצת היילודים בספוגים זמן קצר לאחר הלידה לרחצה באמבטיה, דחיית הרחצה וביצוע הרחצה ע"י ההורים בהדרכת ותמיכת הצוות. התוצאה הייתה ירידה במספר היילודים שחום גופם ירד מתחת ל-36.5 מעלות במהלך שהותם בבית החולים, ועלייה בשביעות רצון ההורים. זהו שינוי בעלות נמוכה שניתן ליישמו בכל מרכז רפואי¹⁰.

במחקר שנעשה בשנת 2015 בבית חולים קהילתי בקמברידג' ע"י C. M. McInerney ועמיתתה, 578 יילודים בסיכון להיפו עברו אמבטיה שעתיים לאחר הלידה, לעומת 557 יילודים עם סיכון להיפו, שנוגבו בלבד לאחר הלידה, ולכלוכים גדולים הוסרו משערם, ועברו אמבטיה רגועה ע"י הוריהם 12 שעות לאחר הלידה. אחוז היילודים שחוו היפוגליקמיה, שעמד על 12.6% מדצמבר 2012 עד מרץ 2013, ירד ל-6.5% מאפריל עד יולי 2013. "לא היו התערבויות אחרות מלבד מה שעשינו עם דחיית האמבטיה", אומרת A.gupta, עמיתה למחקר. "התוצאות היו דרמטיות". "כשהיילוד נרחץ בסופו של דבר, זו חוויה משמחת לכל המעורבים." אומרת M. McInerney. "האמא מאוששות, היילוד התחיל להסתגל לעולם, אפילו הצוות לא ממהר לעשות רחצה לפני סיום המשמרת." "דחיית הרחצה לא עולה כסף אלא חוסכת כסף, משפרת את התוצאות הקליניות של היילוד וטובה לאמא וליילוד".

¹ Loring C, Gregory K, Gargan B, et al. Tub bathing improves thermoregulation of the late preterm infant. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs. 2012 AWHONN.

² Bryanton J, Walsh D, Barrett M, Gaudet D. Tub bathing versus traditional sponge bathing for the newborn. Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing 2004

³ Taşdemir Hİ, Efe E. The effect of tub bathing and sponge bathing on neonatal comfort and physiological parameters in late preterm infants: A randomized controlled trial. Int J Nurs Stud. 2019 Nov;

⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=xA3Y5BPuL9g>

⁵ Henningsson A, Nyström B, Tunnell R. Bathing or washing babies after birth? Lancet. 1981 Dec

⁶ Medves JM, O'Brien B (2004) The effect of bather and location of first bath on maintaining thermal stability in newborns. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs JOGNN 33:175-182

⁷ Warren S, Midodzi WK, Allwood Newhook LA, Murphy P, Twells L. Effects of Delayed Newborn Bathing on Breastfeeding, Hypothermia, and Hypoglycemia. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs. 2020 Mar.

⁸ C. Avron, C. Krahlring,, G. Toomey. Improving Thermoregulation in Infants by Delaying the First Bath, Lehigh Valley Health Network, Allentown, Pennsylvania

⁹ J. Chamberlain, S. McCarty, J. Sorce, B. Leesman, S. Schmidt, E. Meyrick, S. Parlier, L. Kennedy, D. Crowley, L. Coultas, Impact on delayed newborn bathing on exclusive breastfeeding rates, glucose and temperature stability, and weight loss, J. Neonatal Nurs., 25 (2019), pp. 74-77

¹⁰ J. Brogan et al. Implementing evidence-based neonatal skin care with parent-performed, delayed immersion baths, Nursing for Women's Health 2017

הרחצה לא נדחית אם לאמא היה הפטיטיס B או HIV, C או MRSA; כדי שהגניף לא יעבור לצוות.^{11 12} במרכז הרפואי נוסטרדאם בלבנון J. Mardini ועמיתותיה השוו בין 51 יילודים שנרחצו שעתיים לאחר הלידה, 51 שנרחצו 6 שעות לאחר הלידה ו-23 יילודים שנרחצו 24 שעות לאחר הלידה. נמצאו השפעות חיוביות בדחיית הרחצה ב-24 שעות ביישום עור לעור עם היילוד לאחר הלידה, בשותפות האמהות ברחצה וברוגע והפחתת כמות הבכי אצל היילודים במשך היממה שלאחר הרחצה.¹³

היום הראשון לחייו לוקח הרבה מהאנרגיה של היילוד כדי ללמוד כיצד לעבור מהסביבה התוך-רחמית לחוץ-רחמית. נראה שדחיית האמבטיה של היילוד עד 24 שעות לאחר הלידה משפיעה לטובה על ויסות הטמפרטורה של היילוד וכן על יציבות הגלוקוז. העיכוב גם נותן למשפחה הזדמנות לקבל יותר זמן לבונדינג ולהיות מעורבת יותר באמבטיה הראשונה של היילוד. בסקירת מחקרים שנעשתה באותה שנה ע"י E. Johnson ועמיתתה נמצא כי דחיית האמבטיה הראשונה של היילוד למשך 12-24 שעות מציעה יתרונות של הגברת ההתקשרות והבונדינג עם ההורים והצלחת ההנקה.¹⁴ במחקר של M. Medves נמצא שלא היה הבדל בירידת החום של היילוד כאשר הצוות רחץ אותו וכאשר הוריו רחצו אותו בהדרכת הצוות.

במרכז הרפואי בבוסטון בעקבות סקר פרקטיקות טיפול והזנה של יילודים של ה-CDC מ-2018,¹⁵ החלו החל ממאי 2010 בפרקטיקה של דחיית רחצת היילודים בממוצע של 13.5 שעות (לעומת 2-4 שעות לפני השינוי), ביצוע הרחצה בשיתוף ההורים והנחת היילוד בעור לעור על אימו מיד לאחר הרחצה, במטרה להפחית את ההפרדה בין האם ליילוד ולהגביר את אחוזי ההנקה הבלעדית וכך לשפר את ציונם בסקר. במחקר של Genevieve Preer ועמיתיה, נבדקו אחוזי ההנקה הבלעדית בזמן האשפוז בחצי השנה שלפני ואחרי השינוי, נמצא שהסיכוי להנקה בלעדית עלה ב-39%, הסיכוי להנקה כמעט בלעדית עלה ב-59% והסיכוי להתחלת הנקה עלה ב-166%.¹⁶ דחיית הרחצה מעלה את אחוזי ההנקה הבלעדית חודשים לאחר הלידה.¹⁷

באותה שנה, H. C. DiCioccio ועמיתיה בדקו את ההשפעות של דחיית הרחצה בלפחות 12 (עד 25) שעות בבית חולים בקליבלנד על 548 יילודים לעומת 448 יילודים שנרחצו שעה וחצי עד 4 שעות לאחר הלידה. בעקבות ההתערבות אחוזי הנקה בלעדית בבית החולים עלו באופן משמעותי וכן אחוזי ההאכלה בחלב אם.

במחקרה משנת 2010, Dr. M. Bartick מטעם CHA העריכה שעידוד הנקה בלעדית יכול להוביל להפחתה של 10 מחלות ילדים, ולחסוך למערכת הבריאות האמריקאית 13 מיליארד דולר בשנה.¹⁸ הרי ידוע שההנקה מסייעת ליילוד להתמודד עם זיהומים.¹⁹

הנקה בלעדית למשך שישה חודשים מהלידה היא כבר במשך זמן ארוך היעד של ה-WHO, ה-DHHS, ה-AAP, וה-ACOG.

¹¹ C. M. McInerney, A. Gupta. Delaying the First Bath Decreases the Incidence of Neonatal Hypoglycemia. AWHONN, the Association of Women's Health, Obstetric and Neonatal Nurses, 2015

¹² At Cambridge Health Alliance, Delaying Baby's Bath Improves Baby's Health

¹³ Mardini J, Rahme C, Matar O, Abou Khalil S, Hallit S, Fadous Khalife MC. Newborn's first bath: any preferred timing? A pilot study from Lebanon. BMC Res Notes. 2020 Sep

¹⁴ Johnson E, Hunt R. Infant skin care: updates and recommendations. Curr Opin Pediatr. (2019)

¹⁵ Nelson JM, Grossniklaus DA, Galuska DA, Perrine CG. The mPINC survey: Impacting US maternity care practices. Matern Child Nutr. 2021;17:e13092 10.1111/mcn.13092

¹⁶ Preer, G., Pisegna, J. M., Cook, J. T., Henri, A. M., & Philipp, B. L. (2013). Delaying the bath and in-hospital breastfeeding rates. Breastfeeding Medicine, 8(6), 485–490. 10.1089/bfm.2012.0158

¹⁷ DiCioccio, 2018

¹⁸ Bartick M, Reinhold A. The burden of suboptimal breastfeeding in the United States: a pediatric cost analysis. Pediatrics. 2010 May

¹⁹ Kakulas, F. Protective Cells in Breast Milk: For the Infant and the Mother? Splash! milk science update April 2013

לאחר הלידה, עור לעור והנקה מבטיחים העברה ישירה של חיידקים אימהיים ליילוד שמביאים לשיפור בשלות מערכת החיסון והעיכול של היילוד^{20, 21}, אחד הגורמים החשובים ביותר להרכב החיידקים המגוון במערכת העיכול של היילוד והתינוק שמגן מפני אלרגיות, קוליך ומחלות אוטואימוניות הוא חלב האם²², מחקרים אלא ועוד מדגישים את חשיבות ההנקה בהתפתחות המיקרוביום של היילוד.

במחקר שנעשה בשנת 2010 ע"י M. G. Dominguez ועמיתותיה נמצא שליילודים שנולדו ואינלית היו קבוצות חיידקים שהיו דומות ביותר בהרכבן לקהילות הנרתיק של האמהות הספציפיות שלהן, לעומת זאת ליילודים שנולדו בניתוח קיסרי היו קבוצות חיידקים שהיו דומות ביותר לקבוצות חיידקי העור, ולא של האמהות שלהן באופן ספציפי. תוצאות אלה מצביעות על כך שחשיפה מקריות לחיידקי עור בסביבת בית החולים יכולה לתרום להעברה ישירה של חיידקים ממקורות לא אימהיים, לדוגמא המיקרוביוטיקה של תאומים זכרים הייתה משמעותית יותר דומה אחד לשני מאשר לכל יילוד אחר. כנראה בגלל החשיפות הזהות לגורמים מטפלים²³. כיוון שרחה מוקדמת מביאה לכך שגורמים אחרים פרט לאם מטפלים ביילוד, הם עלולים לחשוף את היילוד למערכת החיידקית שלהם ולא של האם, דבר שעלול לפגוע בגיוון החיידקי במערכת העיכול של היילוד ובמיקרוביום שלו.

מחקר זה מראה בנוסף שחיידקים שהיילוד נחשף אליהם דרך העור מגיעים למערכת העיכול שלו, במחקר של H T Akinbi ועמיתיו בשנת 2004 נמצא כי בהעדר זיהום מי שפיר, ורניקס ומי השפיר מכילים מאגר מאורגן של פפטידים מיקרוביאליים עם ספקטרום מוגדר של פעילות חיידקי ביו נגד פתוגנים חיידקים נפוצים ופטרייות²⁴. רחצה אינה מסירה את הוורניקס באופן משמעותי, אלא שפשוף היילוד, פעולה שאינה מומלצת כלל, אין מחקר ספציפי שמראה שרחצה מוקדמת של היילוד מסירה ממנו את החיידקים שהיו במי השפיר, ולכן מונעת ממנו את ספיגתם והעברתם למערכת העיכול והמיקרוביום שלו, אם זאת ניתן בהחלט להסיק שזהו אכן המצב.

²⁰ Rautava S, Luoto R, Salminen S, Isolauri E. Microbial contact during pregnancy, intestinal colonization and human disease. *Nat Rev Gastroenterol Hepatol*. 2012 Oct

²¹ Pannaraj PS, Li F, Cerini C, Bender JM, Yang S, Rollie A, Adisetiyo H, Zabih S, Lincez PJ, Bittinger K, Bailey A, Bushman FD, Sleasman JW, Aldrovandi GM. Association Between Breast Milk Bacterial Communities and Establishment and Development of the Infant Gut Microbiome. *JAMA Pediatr*. 2017

²² Bäckhed F, Roswall J, Peng Y, Feng Q, Jia H, Kovatcheva-Datchary P, Li Y, Xia Y, Xie H, Zhong H, Khan MT, Zhang J, Li J, Xiao L, Al-Aama J, Zhang D, Lee YS, Kotowska D, Colding C, Tremaroli V, Yin Y, Bergman S, Xu X, Madsen L, Kristiansen K, Dahlgren J, Wang J. Dynamics and Stabilization of the Human Gut Microbiome during the First Year of Life. *Cell Host Microbe*. 2015 May

²³ Dominguez-Bello MG, Costello EK, Contreras M, Magris M, Hidalgo G, Fierer N, Knight R. Delivery mode shapes the acquisition and structure of the initial microbiota across multiple body habitats in newborns. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2010 Jun 29

²⁴ Akinbi HT, Narendran V, Pass AK, Markart P, Hoath SB. Host defense proteins in vernix caseosa and amniotic fluid. *Am J Obstet Gynecol*. 2004 Dec

המלצות מארגונים מובילים בעולם -

המלצות ארגונים מובילים בעולם

- ✓ רחצה עם עיטוף בחיתול בד בתוך אמבטיה
- ✓ רחצה בספוגים לא מומלצת, רחצה תחת הברז לא מדוברת כלל החל משנת 1981
- ✓ הנחה על האם בעור לעור מיד לאחר הרחצה
- ✓ ביצוע הרחצה בשיתוף ההורים
- ✓ הסרת דם ומקוניום עד אז יש לבצע בניגוב עדין ולהזהר לא להסיר את הוורניקס
- ✓ דחיית הרחצה ביממה או לפחות בשש שעות אם יממה לא אפשרית מבחינה תרבותית
- ✓ רחצות המשך פעם או פעמיים בשבוע
- ✓ אין ראיות התומכות ברחצה מוקדמת בלידה עם מים מקוויאליים

התוויות נגד

- ✓ אמא נשאית HIV
- ✓ אמא עם דלקת כבד
- ✓ על הצוות להשתמש בכפפות בעת טיפול ביילוד ללא רחצה

ה-**WHO** – ארגון הבריאות הבינלאומי, פרסם את המלצותיו לדחיית רחצת היילוד ביממה, או לפחות בשש שעות אם דחייה של יממה אינה אפשרית מסיבות תרבותיות, כבר לפני יותר מעשרים שנה²⁵ וממשיך לפרסם זאת גם בפרסומים עדכניים.^{26 27 28 29 30}

בהמלצות העדכניות משנת 2022 נרשם בפירוש שאין ראיות התומכות ברחצה מוקדמת לאחר הלידה מכל סיבה חריגה שהיא, כגון מים מקוויאליים או מניעת הסיכון להעברת זיהום מהאם.

ע"פ הפרסומים דחיית הרחצה משפיעה לטובה על:³¹

- תמותת יילודים
- תחלואה קצרת טווח ביילודים (לדוגמא היפתורמיה והיפוגליקמיה)
- תחלואה חמורה ביילודים (לדוגמא זיהום וספסיס)
- סטטוס ההנקה
- חווית היולדת

²⁵ Thermal Control of the Newborn: a practical guide, World Health Organization 1993

²⁶ WHO advises, 50th Year, No. 2, March-April 1997

²⁷ WHO Promoting Effective Perinatal Care, Essential Newborn Care and Breastfeeding, 2002

²⁸ WHO recommendations on Postnatal care of the mother and newborn, World Health Organization, 2013

²⁹ Every Newborn: an action plan to end preventable deaths, WHO Library Cataloguing-in-Publication Data, World Health Organization 2014

³⁰ Action Plan for Healthy Newborn Infants in the Western Pacific Region (2014–2020)

³¹ WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience. Web Annexes ISBN 978-92-4-004616-0, 2022

במדריך לטיפול ביילודים משנת 2021 של הארגונים WHO ו-UNICEF – ארגון בינלאומי למען ילדים, דחיית הרחצה, בנוסף לאפס הפרדה לכל יילוד גם לאחר לידה קיסרית, הן חלק מרשימת ההמלצות לפרקטיקות טיפוליות חיוניות ליילודים אשר מביאות להפחתת סיכוני תמותה של יילודים ותומכות בהתפתחות מערכת העצבים של היילוד³².

במדריך להורים לרחצת יילודים של ה-AAP³³ - האקדמיה האמריקאית לרפואת ילדים, מתוארת ההמלצה של ארגון ה-WHO ומבוארות הסיבות להמלצה, מניעת היפותרמיה והיפוגליקמיה, שיפור הבונדינג וסיכויי ההנקה, ומניעת יבוש העור עקב הסרת הוורניקס, דבר שחשוב בעיקר לפגים.

בנייר העמדה מ-2017 של ה-ICEA – הארגון הבינלאומי להכשרה בנושאי לידה, נכתב שלא נקבע זמן מוגדר לרחצת היילוד. הורים רבים מעכבים את האמבטיה הראשונה לאחר השהות בבית החולים. המינימום המומלץ הוא 6-8 שעות לאחר הלידה (WHO, AWHONN, Save the Children). האמבטיה תיעשה עם ההורים המעורבים כך שהם יכולים ללמוד את התהליך ולצמצם את ההפרדה מהיילוד. בנוסף, חשוב להחזיר את היילוד לתנוחת עור לעור מיד לאחר מכן כדי למזער את השפעות הקור.

התוויות נגד הן כשהאמא נשאית HIV או שיש לה דלקת כבד, אז עושים אמבטיה כדי להגביל את ההעברה לאחרים שבאים במגע עם היילוד. בחלק מבתי החולים עושים אמבטיה נעשה גם במקרה של זיהום מי שפיר או מים מקוויאליים סמיכים.

ההמלצה היא שהצוות ישתמש בכפפות בעת טיפול ביילוד ללא רחצה³⁴.

בהנחייה הקלינית העדכנית מ-2018 של ארגון ה-AWHONN³⁵ - איגוד בריאות האישה, אחיות מיילדות וילודים, נרשם כך –

- הרחצה הראשונה ליילוד צריכה להתבצע בין 6-24 שעות, רק לאחר שקצב הלב, הנשימה וחום הגוף של היילוד התייצבו.
- יש להסיר דם ומקונוים בניגוב עדין, ולהיזהר לא לשפשף ולא להסיר את הוורניקס שכן הוורניקס מסייע להיווצרות מעטפת חומצה בעלת לחות, בעל יכולת איזון חום, לחות, נוגד חמצון ואנטי מיקרוביאלי.
- הרחצה המומלצת היא באמבטיה, כאשר היילוד עטוף בחיתול בד בזמן הכניסה למים. (גם עבור פגים)
- לפגים מתחת לשבוע 32 יש להקפיד על שלמות העור הלא בשל, לכן מומלץ לא להשתמש בסבון אלא רק במים סטריליים ולהשתמש בצמר גפן באזורים שנראים רגישים בעור.
- על רחצות ההמשך להתבצע פעם או פעמיים בשבוע עד לגיל זחילה.
- בהנחיות ניתן למצוא גם המלצות לגבי תכשירי הרחצה.
- על הצוות להשתמש בכפפות עד לרחצה הראשונה

אילו מבתי החולים בישראל פועלים לפי ההמלצות

בישראל במהלך השנתיים האחרונות עוד ועוד בתי החולים התאימו את נהלי הרחצה שלהם לנהלים ולמחקרים הללו. נכון למועד פרסום נייר העמדה בעשרה בתי חולים דוחים את רחצת היילוד ביממה, (בחלק מהם זה כך רק בחלק מהמחלקות) ובשמונה בתי החולים פרקטיקת הרחצה היא אמבטיה או רחצת הגוף והראש בנפרד למניעת סטרס והיפותרמיה (בחלק מהם זה כך רק בחלק מהמחלקות או בחלק מהרחצות).

השוואה עדכנית בין בתי החולים בנושא זה ניתן למצוא באתר של אפס הפרדה³⁶.

32 World Health Organization and the United Nations Children's Fund (UNICEF), Nurturing care for every newborn: thematic brief, 2021.

33 Dipesh Navsaria, Bathing Your Baby, AAP, Last Updated 3/3/2020

34 ICEA Position Paper, E. Smith, T. Shell, 2017

35 Association of Women's Health, Obstetric and Neonatal Nurses (AWHONN). (2018). Neonatal Skin Care: Evidence-Based Clinical Practice Guideline, 4th Edition: Washington, DC

36 <https://zero-separation.co.il/hospital-bath-compare/>