**پنج معیار مورد استفاده در آپگار**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **حروف تشکیل دهنده آپگار** |  | **امتیاز صفر 0** | **امتیاز یک ۱** | **امتیاز دو2** |
| Appearance | **ظاهر/رنگ رخسار و بدن** | کبود ویا رنگ‌ پریدگی سراسر بدن | فقط کبودی دست‌ها و پاها تنه صورتی(آکروسیانوز) | بدون هرگونه سیانوزرنگ طبیعی صورتی در همه بدن |
| Pulse | **پالس** | بدون نبض | کمتر از ۱۰۰ | بیش‌تر از ۱۰۰ |
| Grimace | **رفلکس‌ و تحریک‌پذیری** | بدون پاسخ به تحریک | حرکت خفیف/ناله در پاسخ به‌تحریک | گریه و عقب کشیدن اندام تحریک شده |
| Activity | **اکتیویتی و فعالیت** | بدون هیچ‌گونه حرکت | کمی فلکسیون و حرکت اندام | مقاومت دربرابر کشیده‌شدن دست یا پا توسط پزشک |
| Respiration | **تلاش برای تنفس** | بدون تنفس | ناله و گریه ضعیف | گریه طبیعی با صدای بلند |

**A برای Appearance یا آن‌چه به چشم پزشک و ماما از ظاهر نوزاد می‌آید.**

**P برای Pulse یا تعداد ضربان قلب.**

**G برای Grimace یا گریه وحرکات در برابر تحریک.**

**A برای Activity یا چابکی و فعالیت.**

**R برای Respiration یا شکل تنفس.**

 **با تشکر – کشایی(سوپروایزر آموزشی) کشایی – سوپروایزر آموزشی**