



پدافند سلامت ملی

مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی قائم (ع)

واحد آموزش بهیار و خانواده

درباره انواع روش های تغذیه نوزاد با شیر مادر بیشتر بدانیم



با رویکرد ارتقاء سواد سلامت به مددجو و خانواده

تاریخ ویرایش: دی ۹۹

تاریخ بازنگری: دی ۱۴۰۱

کد بازنگری: ۰۰۵



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما عزیزان

تلفن تماس:

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه مرکزی بیمارستان قائم (عج) اتاق ۱۴ با کادری مجرب روزهای زوج از ساعت ۸:۳۰ تا ۱۱:۳۰ بصورت رایگان آماده پاسخگویی به سوالات شما می باشد.



منبع:

۱. حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر در بیمارستان های دوستدار کودک (دوره آموزشی ۲۰ ساعته)
۲. بارداری و زایمان ویلیامز، ویراست بیست و چهارم ترجمه مهرناز ولدان انتشارات ارجمند ۱۳۹۶

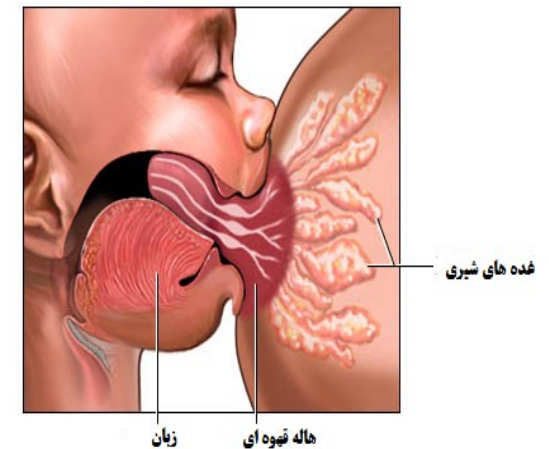
وضعیت دهان ، لب و زبان نوزاد:

فک نوزاد باید زیر هاله قهوه ای قرار گرفته طوری که زبان نوزاد بین فک تحتانی و سینه مشاهده شود.

لب نوزاد به خارج برگشته و به طور محکم اطراف سینه گسترده شود طوری که صدای قورت دادن شیر به گوش برسد.

الگوی مکیدن در نوزادان متفاوت است برخی بعد از هر مکیدن، بلع دارند برخی بعد از چند بار مکیدن یک بلع دارند

صدای بلع باید شنیده شود مکیدن پر صدا یا چال افتادگی روی گونه ها دلیل بر ناصحیح قرار گیری سینه در دهان نوزاد است



وضعیت گهواره :

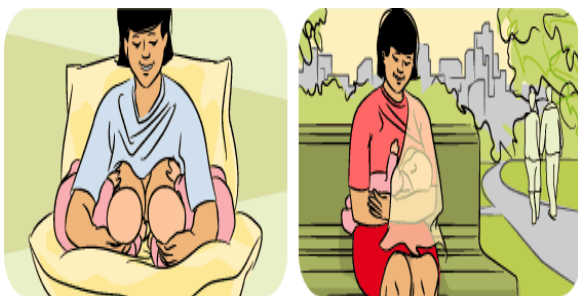
یکی از مرسوم ترین طرق نگهداشتن کودک برای شیردهی است. بطوریکه سر کودک روی بازوی مادر یا در فرورفتگی داخل آرنج باشد.

بچه به پهلو بخوابد، رویش بطرف مادر و صورت در مقابل سینه قرار گرفته چانه به سینه چسبیده و باسن و ران نوزاد بوسیله دست مادر حمایت گردد. سر و بدن نوزاد در یک امتداد باشند. دست شیرخوار که پایین است باید زیر پستان مادر یا زیر کمر او قرار گیرد



وضعیت دست در هنگام شیر دهی:

انگشتان به شکل C (c-shape) قرار گیرند انگشت شست بالا و سایر انگشتان زیر سینه قرار گیرد. مادر با استفاده از انگشت پستان را از روی بینی نوزاد بردارد



وضعیت دراز کشیدن به پهلو کنار نوزاد:

کنار نوزاد راحت بخوابید این وضع مانع از فشار به محل بخیه های شما می شود

در خانم هایی که سزارین یا اپی زیاتومی شدند ممکن است وضعیت دراز کشیدن به پهلو، تنها وضعیتی باشد که در چند روز اول زایمان می توانند تحمل کنند .

بهتر است هنگامی که، از پستان تحتانی خود شیر می دهید بالشی را زیر دنده ها قرار داده تا کمی بدن نوزاد بالاتر قرار گیرد .

وضعیت فوتبال (football)

سر نوزاد در کف دست و بدن او بر روی ساعد قرار گیرد. در این حالت شمامی توانید بدن نوزاد و ساعد را روی بالش هائی که در همان طرف خود گذاشته اید قرار دهید.



در این حالت مادر دهان نوزاد را مشاهده می کند این وضعیت برای مادر با سینه های بزرگ مناسب است از فشار بر برش شکمی جلوگیری می کند. همچنین برای کودکان نارس، دوقلویی و کودکانی که مکیدن آنها ضعیف است این روش مفید می باشد.

مددجوی گرامی این برکه آموزشی، حاوی نکاتی جهت افزایش آگاهی شما در ارتباط با روشهای مختلف شیر دهی می باشد. امیدواریم، نکات ذکر شده، پاسخگوی سوالات شما باشد.



روش های قرار گیری نوزاد در شیر دهی چگونه است؟

از وضعیت های مختلف جهت جلوگیری از فشار و زخم شدن هاله قهوه ای (نیپل) استفاده شود.

سر و بدن نوزاد باید دقیقاً هم سطح پستان قرار گیرد

۱. بایک دست نوزاد و با دست دیگر پستان را بگیرید
۲. هنگام شیر دادن باید وضعیتی راحت داشته باشید (نشسته، خوابیده به پشت، خوابیده به پهلو، روی صندلی، روی زمین یا روی تخت)
۳. بهتر است هنگام شیر دادن از چند بالش استفاده شود بخصوص در مادرانی که سزارین شده اند .



Cradle hold



Cross-cradle hold



Lying down

