



زود به زود شیر خوردن :

به لحاظ هضم آسان و قابلیت جذب بالای شیر مادر است .

مکیدن طولانی پستان :

می تواند به لحاظ وضعیت نادرست پستان گرفتن شیرخوار

باشد و اصلاح وضعیت شیردهی مشکل را برطرف می کند .

کم بدون شیر روزهای اول :

مقدار شیر روزهای اول (آغوز) کم است اما برای نوزاد کافی، ضروری و حیاتی است .

کافی نبودن شیر هنگام دوشیدن :

ملاک میزان تولید شیر نیست ، زیرا پستان با مکیدن شیرخوار شیر کافی تولید می کند.

کوچک بودن پستانها :

تولید شیر به اندازه پستانها بستگی ندارد ، مکیدن مکرر موجب تولید بیشتر می شود .

در صورت بروز اختلال ، زخم و شقاق پستان به شیردهی ادامه داده و به پزشک یا مراکز بهداشتی و درمانی مراجعه کنید .

نگرفتن پستان توسط کودک :

* یکی از علل آن گرفتگی بینی کودک می باشد که بایستی مطمئن شویم بینی باز است و در صورتی که بر اثر ابتلا به سرماخوردگی راه بینی گرفته باشد می توان با چکاندن قطره بینی (سدیم کلراید) در بینی راه آن را باز نمود .

* ممکن است کودک گرسنه یا هیجان زده باشد و یا جریان شیر سریع باشد که در این صورت مقداری از شیر خود را



هم سطح نوک پستان باشد . دست و بازوی خود را زیر سر و شانه شیر خوار قرار دهید و دست دیگر را طوری زیر پستان بگذارید که شست روی پستان و انگشتان دیگر زیر پستان قرار گیرد .

در بهترین وضعیت :

* چانه چسبیده به پستان

* هاله پستان در دهان نوزاد و لب تحتانی به

پایین برگشته است.

* آرامش خاطر داشته باشید و به توانایی خود در شیردهی تردید نکنید .

موارد زیر را به علت

ناکافی بودن شیر خود

تصور نکنید:

گریه زیاد شیرخوار :

می تواند به علت خیس بودن کهنه ، سرد یا گرم بودن ، ملاقات بیش از حد بستگان ، بیماری یا دل درد باشد .

اهمیت شیر مادر از دیدگاه اسلام

یکی از نعمت های بزرگ پروردگار مهربان و نمونه ای آشکار از لطف و رحمت او نسبت به انسان به ویژه در آغاز زندگی او ، نعمت گرانقدر شیر مادر است .

خداوند در قرآن کریم می فرماید :

مادرانی که می خواهند به نحو کامل به فرزندان خود شیر دهند لازم است ۲ سال تمام آنها را از پستان خود شیر دهند و در این مدت برپدران است که خوراک و پوشاک آنان را به اندازه متعارف فراهم سازند . (سوره بقره آیه ۲۳۳)

حضرت رسول اکرم (ص) می فرماید :

اگر مادری شب شیر دهد برای هر جرعه شیری که می دهد ، پاداش او معادل آن است که هفتاد بنده را در راه خدا آزاد کرده است .

آغوز (ماگ)

آغوز از ماه هفتم حاملگی در پستان ها تولید می شود و در روزهای اول زایمان ادامه می یابد . ظاهر آن یک مایع زرد رنگ غلیظ و چسبنده است و مثل رنگ نقاشی جدار روده شیرخوار را می پوشاند و آن را محافظت می کند .

آغوز اولین واکسنی است که شیرخوار دریافت می کند و همچنین آغوز یک مسهل است و به شیرخوار کمک می کند تا مدفوع سیاه و چسبنده ابتدایی را دفع کند ، با این کار از زردی نیز پیشگیری می شود .

روش صحیح بغل کردن و شیردادن به نوزاد :

در وضعیت های مختلف مادر (خوابیده یا نشسته) شانه ها و قفسه سینه شیرخوار باید روبروی سینه مادر باشد و بینی او

شیر مادر مهر مادر



تهیه و تنظیم: بهیه حنیف پور
با همکاری واحد آموزش پرستاری بیمارستان قلب کوثر
شماره سند: PF- PRD- 3400
تاریخ بازنگری: ۹۶/۷/۱
تایید کننده: دکتر مریم جمالی شیرازی
فوق تخصص نوزادان

منبع: کتاب مراقبت های ویژه نوزادان

* کاهش بهره هوشی و تضعیف رابطه عاطفی مادر و فرزند را موجب می شود.

تشخیص کافی بدون شیر مادر:

* بهترین راه تشخیص کافی بودن شیر مادر افزایش وزن شیرخوار بر اساس منحنی رشد است.
* چنانچه نوزاد منحصراً از شیر مادر تغذیه می کند داشتن حداقل ۵-۶ عدد کهنه خیس در روز دال بر کفایت شیرمادر است.

* مدفوع نوزادانی که از شیر مادر تغذیه می کنند نسبت به نوزادانی که از شیر خشک تغذیه می کنند شل تر و دفعات اجابت مزاج بیشتر است که نباید با اسهال اشتباه کرد.

با آرزوی سلامتی شما و نوزاد دلبندتان

بیمارستان کوثر

بدوشید و بعد پستان را به دهان کودک بگذارید.

* گاهی نیز کودک به دلیل

خیس بودن از گرفتن پستان خودداری می نماید.

* یکی از مهمترین علل

نگرفتن پستان تجمع شیر

در پستان ها و سنگین شدن

پستان می باشد که در هر

صورت تخلیه پستان ها ضروری

است.

خطرات تغذیه با شیر مصنوعی:

* شیر مصنوعی فاقد عوامل ایمنی بخش در برابر بیماریها است.

* ابتلا شیر خوار را به بیماریهای عفونی و اختلالات گوارشی و ... را بیشتر می کند.

* زمینه ساز ابتلا به حساسیتها مثل آسم و اگزما، چاقی

مفرط، بیماریهای قلبی، عروقی و دیابت در آینده است.

