



به نام خدا

تغذیه با شیر مادر



آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش: آذر ۹۸

۵- مکیدن ها کند ولی عمیق است (جاری شدن شیر در دهان صدای بلعیدن شیر بخوری شنیده یا بلند دیده می شود)

۶- نوزاد پس از احساس رضایت و سیر شدن خودش پستان را رها می کند

۷- در هنگام شیر دادن احساس درد و ناراحتی نمی کند چانه چسبیده به پستان

قرار گرفتن هاله پستان در دهان لب تحتانی به بیرون برگشت

شیرخوار به راحتی قادر به شیر خوردن از پستان مادر خواهد بود

روش چهارم

(تغذیه دوقلوها) مجموعه ای از روش اول و دوم و سوم مطابق شکل می باشد از روش زیر بغلی زیر بغل و یک معمولی تغذیه همزمان در وضعیت روش موازی

روش صحیح شیردهی

۱- بدن نوزاد رو برای مادر و در تماس نزدیک با بدن او است

۲- سر و بدنش در یک امتداد قرار دارد

۳- صورتش روی پستان مادر و چانه اش به پستان چسبیده است

۴- لب تحتانی او کاملاً به طرف خارج برگشته و قسمت کمی از هاله پستان در طرف لب فوقانی او مشاهده می شود و در پایین کمتر دیده می شود

روشهای شیردهی

روش اول: معمول ترین روش شیر دادن به قرار

گرفتن و روش سنتی است که به طور ی که

(۱) سر نوزاد روی آرنج و بازوی مادر قرار گیرد

(۲) صورت و مقابل پستان مادر و سر و بدنش در یک

امتداد باشد (۳) دست نوزاد در تماس با بدن مادر است

در پهلوی مادر قرار گیرد نه بین نوزاد و مادر

(۴) نشیمنگاه او با دست مادر حمایت شود

(۵) بهتر است لباس مادر و نوزاد کم باشد تا تماس با ما

با بدن مادر و نوزاد هنگام شیر دادن مناسب تر باشد

مادر وضعیت راحت انتخاب کند و پس از در آغوش

گرفتن نوزاد مادر میتواند با یک دست پستان را از گرفته

طوری که انگشت شست در بالا و چهار انگشت در زیر

پستان قرار گیرد سپس نوک پستان را به گونه ای و لب

نوزاد تماس دهد تا او دهانش را باز کند و نوک و هاله

پستان را در دهان بگیرد در چنین وضعیتی نوزاد ببا آرواره

هایش به مخازن شیری فشار می آورد و با مکیدن درست به

اندازه کافی شیر دریافت می نماید.

روش دوم

اگر مادر سزارین یا زایمان طبیعی همراه با بخیه محل

زایمان دارد و یا می خواهد استراحت کنند یا خسته است یا

در شب یا گاهی برای پستان بزرگ توصیه می شود در این

روش باید به وضعیت خوابیده مادر باید بچرخد و پتو و

بالش را در جلوی شکم و پشت او قرار گیرد و گذاشتن

بالش بین پاها خم کردن پاها به طرف شکم و کاهش فشار

روی بخیه ها و کاهش درد کمک می کند در این وضعیت

سر و بدن نوزاد در امتداد یک خط مستقیم است. روبروی

پستان مادر قرار می گیرد پشت او نیز تکیه گاه دارد و مادر

نوزاد را به طرف خود می آورد.

و بدن نوزاد را در تماس نزدیک با بدن مادر بوده و بهتر

است پشت او با دست مادر حمایت شود و سر نوزاد روی

خم آرنج قرار می گیرد و قسمت هاله در دهان شیرخوار قرار

گرفته و لب پایین به عقب برگشته و چانه به

شیرخوار به پستان مادر چسبیده است.

روش سوم: روش دیگر برای شیر دادن به نوزاد

روش زیر بغل یا بازو است که اهمیت استفاده از آن

بخصوص در مادرانی است

که دارای دو قلو هستند و یا دچار انسداد مجاری

شیر شده اند و یا نوزاد نمی تواند پستان مادر را در

دست بگیرد یا مادر سزارین شده است استفاده می

شود.

در این حالت مادر در وضعیت نشسته مثلا با دست

راست سر نوزاد را نگه می دارد و بدن و پای او را در

زیر بازوی خود قرار می دهد در این روش هم می

تواند از یک بالش در زیر دست استفاده نماید

هنگامی که روش صحیح در آغوش گرفتن و شیر

دادن پس از زایمان (یا حتی در دوران بارداری مدل

عروسکی) آموزش داده شود.