

شیر مادر بهترین غذا برای نوزاد و رشد او میباشد. لذا نحوه صحیح شیردادن به نوزاد را به صورت کامل در این بخش به صورت متن و تصویر خواهید آموخت. یک نوزاد سالم که به موقع متولد شده باشد سه عکس العمل (رفلکس) دارد که به تغذیه او کمک می کند.

۱- رفلکس جستجو: اگر گونه یا گوشه دهان نوزاد در تماس با چیزی قرار نگیرد و او گرسنه هم باشد دهانش را باز کرده و سرش را به طرف محل تماس می چرخاند.

۲- رفلکس مکیدن: اگر چیزی مثل نوک پستان یا انگشت در داخل دهان نوزاد قرار بگیرد آن را می مکد. این رفلکس بعد از تولد بسیار قوی است، خصوصاً در ۲۰-۳۰ دقیقه اول تولد و اگر در این مدت نوزاد به پستان مادر گذاشته نشود قدرت مکیدن در طی ۱۲-۲۴ ساعت بعد بسیار ضعیف است.

۳- رفلکس قورت دادن: اگر دهان نوزاد پر از شیر یا مایع دیگری شود آنرا قورت می دهد.

هنگام مکیدن اگر وضعیت پستان گرفتن درست باشد:

۱- شیر خوار نوک پستان و هاله اطراف آن را می کشد.

۲- نوک پستان و هاله اطراف آن که به اطراف کشیده شده است، بین زبان و کام سخت شیر خوار قرار می گیرد و او می تواند با آرواره هایش بر مجاری محل تجمع شیر فشار بیاورد. ضمناً زبان شکل فرو رفته بخود گرفته و امواجی دودی شکل از نوک زبان بطرف عقب آن حرکت می کند که این امواج باعث خارج شدن شیر از محل تجمع شیر به داخل دهان شیر خوار می گردد. اکثر اوقات هنگامی که شیر خوار در حال شیر خوردن است می توان

نوک زبان او را در بالای لب پایینی ش مشاهده نمود.

آموزش طریقه صحیح بغل کردن نوزاد به صورت تصویری

روشهای شیر دادن

روش اول:

مادر هنگام شیر دادن باید در وضعیت راحتی قرار گیرد، او می تواند به پشت یا پهلو بخوابد. روی صندلی، زمین یا تخت بنشیند، از چند بالشت به عنوان تکیه گاه استفاده کند تا هنگام شیر دادن خسته نشده و دچار کمر درد یا پشت درد نشود. بویژه خانمهایی که سزارین می شوند بیشتر باید این نکات را رعایت نمایند.

معمول ترین روش شیر دادن، بغل گرفتن نوزاد است به طوری که شانه نوزاد روی خم آرنج و سرش روی بازوی مادر قرار گیرد. صورت او مقابل

پستان مادر و سر و بدنش در یک امتداد باشد. دست نوزاد که در تماس با بدن مادر است در پهلو مادر قرار گیرد نه بین نوزاد و مادر بالاخره نشیمنگاه او با دست مادر حمایت شود. بهتر است لباس مادر و

نوزاد کم باشد تا تماس بدن مادر و نوزاد بهتر برقرار شود. در صورت امکان تماس پوست با پوست هنگام شیر دادن مناسب تر است.



پستان را گرفته و نوک پستان را به گونه و لب نوزاد تماس دهد تا او دهانش را باز کند

زمانی که در آغوش گرفتن و پستان گذاشتن به دهان نوزاد درست انجام شود، مراحل زیر به خوبی قابل مشاهده است: بدن نوزاد روبروی مادر و در تماس نزدیک با بدن اوست سر و بدنش در یک امتداد قرار دارند.

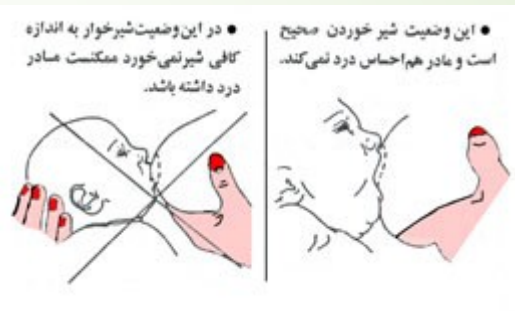
صورتش روبروی پستان مادر و چانه اش به پستان چسبیده است. لب تحتانی او کاملاً به طرف خارج برگشته و قسمت کمی از هاله پستان در بالای لب فوقانی او مشاهده می شود

و شاید در زیر لب تحتانی نشانه ای از هاله پستان دیده نشود (فقط در صورت بزرگ بودن هاله قسمتی از آن قابل مشاهده خواهد بود) مکیدن ها کند ولی عمیق است.

صدای بلعیدن شیر به خوبی شنیده می شود.

نوزاد پس از احساس رضایت و سیر شدن، خودش پستان را رها می کند.

مادر هنگام شیر دادن احساس درد و ناراحتی نمی کند.





بیمارستان تخصصی مادر

آموزش تصویری طریقه صحیح شیردادن به نوزاد



واحد آموزش بیمارستان

کد سند: MH\AM\PT\021

تاریخ تنظیم: ۱۳۹۸/۰۵/۱۱

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۲/۰۴/۳۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۴/۳۱

کد بازنگری: ۰۰۴



روش سوم



روش دیگر برای شیر دادن به نوزاد، روش زیر بازوست که اهمیت استفاده از آن به خصوص در مادرانی است که دارای فرزند دوقلو هستند و یا دچار انسداد مجاری شیر شده اند. در این حالت مادر در

وضعیت نشسته مثلاً بادهست راست سر نوزاد را نگه می دارد و بدن و پای او را در زیر بغل و بازوی خود قرار می دهد. در این روش هم می تواند از یک بالش در زیر دستش استفاده نماید.

روش چهارم

تغذیه دوقلوها، نه تنها مادرانی که دوقلو به دنیا می آورند می توانند کودکان خود را با شیر مادر تغذیه کنند که حتی مادران سه قلو نیز می توانند شیر خوارانشان را از شیر مادر بهره مند سازند. روش تغذیه



منبع: آموزش شیردهی

روش دوم

مادر در وضعیت خوابیده به پهلو شیر می دهد. این روش در مواردی که خانم ها سزارین می شوند



و یا زایمان طبیعی همراه با بخیه محل زایمان دارند، توصیه می شود که برای مادران راحت تر است ولی حتما هنگام شیر دادن باید کمک شوند. در این وضعیت سر و بدن نوزاد در امتداد یک خط مستقیم است.

صورت او روی پستان مادر قرار می گیرد. بدن

نوزاد در تماس نزدیک با بدن مادر بوده و بهتر است پشت او با دست مادر حمایت شود.

