



شناسنامه آموزشی

عنوان :

مشکلات شایع شیردهی

تایید کننده :

کمیته آموزش به بیمار

ناظر کیفی : سوپر وایزر آموزش

سلامت

دکتر معظمی گودرزی

کد :

QC.HE.Pa.03/02

شقاق سینه

علائم :

◀ زخم دردناک در نوک سینه

◀ امکان خونریزی

◀ قرمزی

◀ سوزش

◀ گرم بودن سینه

علت:

نحوه نادرست شیردهی

حین شیردهی باید کاملاً هاله پستان در دهان نوزاد باشد نه

فقط نوک پستان و هیچ گاه تا زمانی که شیردهی تمام نشده

سینه را از دهان نوزاد به زور خارج نکنید

درمان :

اصلاح وضعیت شیردهی

به هیچ وجه از صابون و الکل و کرم و محلول برای شست و

شوی سینه استفاده نشود (بعد از شیردهی بهتر است اجازه

دهیم دو قطره از شیر روی نوک سینه بماند و در معرض

هوا خشک شود)

احتقان و پر خونی سینه

متورم شدن سینه به علت تولید بیش از حد شیر

۳ تا ۵ روز بعد از زایمان اتفاق می افتد

علائم :

◀ دردناک

◀ متورم

◀ گرم (تب کمتر از ۲۴ ساعت طول می کشد)

◀ سفت و سخت شدن سینه

درمان :

~ تخلیه مداوم سینه از شیر (بلافاصله بعد از تولد شیردهی

شروع شود، محدود نکردن زمان شیردهی، حتی اگر نوزاد

نمی تواند سینه را تخلیه کند با شیردوش یا دست شیر تخلیه

شود، هر ۱ تا ۳ ساعت سینه تخلیه شود)

~ ماساژ ملایم

~ استفاده از کمپرس گرم قبل از شیردهی و جهت کاهش

ادم استفاده از کمپرس سرد بعد از شیردهی

~ استفاده از لباس زیری که سفت باشد و سینه را کاملاً

حمایت کند

~ استفاده از داروهای مسکن مثل استامینوفن، پروفن

عفونت بافت پستان

علائم :

◀ درد

◀ تب که ممکن است با یا بدون لرز باشد

◀ تورم و قرمزی و گرمی

◀ حساس بودن سینه

◀ معمولا یکطرفه

◀ افزایش ضربان قلب

درمان :

~ استفاده از آنتی بیوتیک

~ تخلیه پستان

ماندن شیر در پستان باعث عفونت شدید می شود

گاهی به علت احتقان و ادم نوزاد نمی تواند سینه را بگیرد

باید سینه را دوشید

تغذیه با پستان مبتلا باعث بیماری شیرخوار نمی شود

~ شروع کردن تغذیه از پستان مبتلا

~ دریافت مقادیر کافی غذا و مایعات و استراحت کافی مادر

نوک سینه فرورفته

به مادر توصیه می شود برای رفع این مشکل بعد از زایمان نوک سینه را ماساژ داده و به بیرون بکشد .

■ با استفاده از یک سرنگ ۲۰ سی سی قسمت نیدل را قطع کنیم و پیستون را برعکس وارد کرده و روی نوک سینه مادر قرار دهیم و نوک سینه را به بیرون آسپیره کنیم

■ از یک کودک بزرگتر کمک بگیریم که سینه را بمکد چون قدرت مکیدن بیشتری دارد

■ استفاده از پمپ های مخصوص دوشیدن شیر



تمامی موارد گفته شده قابل درمان هستند و منعی برای شیردهی وجود ندارد و نباید شیردهی را قطع کرد.

