

همه مادران به طور طبیعی و غریزی علاقمند به تغذیه فرزندانشان با شیر خود هستند ولی لازم است که نحوه صحیح شیردادن را بیاموزند .

پستان گرفتن

نوزاد سالم که به موقع متولد شده است اگر در آغوش مادر قرار گیرد توانایی جستجوی پستان ، مکیدن و بلعیدن شیر را دارد ولی پستان به دهان گرفتن را باید به او آموخت که این امر با آموزش مادر و تمرین مادر با شیرخوار اتفاق خواهد افتاد .

در نوزادان سالم که به طور طبیعی یا از طریق سزارین به روش بیحسی نخاعی متولد می شوند لازم است اولین تغذیه طی نیم ساعت اول بعد از زایمان با کمک پرستار در اتاق زایمان انجام گیرد نوزاد باید نوک پستان و قسمت هاله اطراف را که مخازن شیری در پشت آن قرار دارد در دهان بگیرد در این صورت اول می تواند با آرواره‌هایش بر مخازن شیر فشار وارد نماید حرکات موجی شکلی که از جلو زبان به طرف عقب آن



جریان می یابد باعث دوشیده شدن شیر به داخل دهان او شده و شیر مکیده شده وارد حلق و سپس مری نوزاد می شود .

مسئله مهم درست به دهان گرفتن پستان ، قابلیت کشی بافت آن بوده و شکل نوک پستان اعم از صاف ، کوتاه ، بلند و یا فرو رفته نقش چندانی در وضعیت شیر خوردن ندارد به شرط آنکه قسمت بیشتری از هاله در دهان شیرخوار قرار گرفته باشد .



روش شیر دادن در کودکانی که شیر مادر می خورند
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 پهلوئی مادر قرار گیرد نه بین نوزاد و مادر و نشیمنگاه نوزاد با دست مادر حمایت گردد .



پس از ایجاد وضعیت راحت برای مادر و در آغوش گرفتن نوزاد ، مادر می تواند با یک دست که به شکل C انگلیسی قرار می گیرد پستان را گرفته و نوک

پستان را به گونه و لب نوزاد تماس دهد تا او دهانش را باز کند . شاید لازم باشد که این کار چند بار تکرار گردد تا نوزاد کاملاً دهانش را باز نماید به طوری که لبه تحتانی هاله پستان هم سطح لب پایین نوزاد قرار گیرد در این حالت که دهان نوزاد کاملاً باز شده است مادر می تواند او را شیر دهد .

نحوه شیر دادن با شیشه به نوزاد

اگر شیشه را در دهان نوزاد بعد از درست کردن شیر گذاشتید احتمالاً حرارت آن مناسب است ولی اگر آن را از یخچال بیرون آورده اید در آب گرم بگذارید تا به درجه حرارت دلخواه (۵۰ درجه سانتی گراد) برسد پس مطمئن شوید که حرارت شیر برای کودک مناسب است برای این منظور چند قطره از شیر را روی قسمت داخلی مچ دست بچکانید . در مرحله بعدی باید مطمئن شوید که شیر از سرشیشه خوب بیرون می آید زیرا گاهی سوراخ های آن زیاد گشاد و یا تنگ می باشد گاهی هوایی که در شیشه است از خروج شیر جلوگیری می کند به همین دلیل نباید شیشه را تا ته بست .

روی یک صندلی یا مبل کوتاه ،دسته دار راحت بنشیند و سر او را در فرورفتگی ساعد و بازو قرار دهید به نحوی که به طور افقی قرار بگیرد سر شیشه را در دهان او قرار دهید خواهید دید که فوراً شروع به



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان قلب الزهرا (س) و کودکان شهید حجازی

کد : ۰۳-۵۳-EP-PA

روش های شیردادن به نوزادان

تهیه کننده : مهناز هنرجویان سرپرستار بخش اطفال

ناظر کیفی : آرزو چابچی کارشناس ارشد پرستاری

پاییز ۱۴۰۰

منبع :

WWW.PARCHAMDAR.COM
Aftab.ir/articles/health-therapy



داخل گردد و پستانک شیشه به صورت اولیه خود برگردد.

هرگز اجازه ندهید که کودک بدون حضور شما شیشه اش را تنها مک بزند چون امکان دارد که در اثر مک زدن شدید مقداری هوا وارد دهانش شود یا شیر در گلویش گیر کند و موجب خفگی وی گردد. هنگامی که شیر خوردن کودک به پایان رسید مدتی منتظر باشید تا هوایی را که احتمالاً در هنگام تغذیه بلعیده است با آروغ پس بدهد. توجه داشته باشید کودکی که با شیشه تغذیه می گردد معمولاً مقداری شیر بر می گرداند. در نظر داشته باشید که هر چه کودک شیر را تند تر بخورد بیشتر آروغ می زند و بیشتر شیر را بر می گرداند.



نحوه آروغ گیری نوزاد

خوردن می کند شیشه را طوری بگیرید که سر شیشه همیشه پر از شیر باشد در غیر این صورت کودک هوای داخل شیشه را می بلعد در ضمن توجه داشته باشید که سر شیشه جلوی بینی او را نگیرد تا بتواند خوب نفس بکشد برای اینکه مطمئن شوید که کودک خوب مک می زند باید به حباب هایی که در ته تشکیل می گردد توجه کرد.



معمولاً مدت مک زدن به نسبت کیفیت مکیدن کودک در حدود ۱۵ تا ۲۰ دقیقه طول می کشد. شیشه ای که طبق شرایط فوق باشد و موجب تغذیه کافی کودک گردد باعث لذت و خوشحالی کودک نیز می گردد که شما خود می توانید این حالت را در حرکات و چهره کودک به خوبی تشخیص دهید. گاهی پستانک لاستیکی سر شیشه در نتیجه مک زدن به هم می چسبد و دیگر شیر از آن خارج نمی شود در صورت مشاهده چنین حالتی در شیشه را کمی باز کنید تا هوا