

## زخم نوک پستان:

زخم نوک پستان شایع ترین شکایت مادران شیرده بلافاصله پس از زایمان است.

## علائم و نشانه ها:

ناراحتی خفیف و زودهنگام نوک پستان در زمان شیردهی شایع است. درد گذرای نوک پستان در نتیجه کشش پوست معمولاً از روز دوم پس از زایمان شروع شده، در روزهای ۳ تا ۵ افزایش یافته و سپس بهبود می یابد. درد شدید نوک پستان یا دردی که در تمام طول تغذیه شیرخوار ادامه یابد یا دردی که در پایان هفته اول هنوز بهبود نیافته باشد نباید طبیعی تلقی شود.

## علل:

تکنیک نادرست شیردهی، شستن بیش از حد پستان، کشیدن پستان به زور از دهان شیرخوار، تغییرات آب و هوایی و حساسیت پوستی

## درمان:

➤ اصلاح وضعیت شیردهی

➤ استفاده از چربی انتهایی شیر روی نوک

## پستان

➤ شیردهی ابتدا از پستان سالم انجام شود تا

رفلکس جاری شدن شیر (رگ کردن) اتفاق

افتد و سپس شیرخوار به پستان مبتلا گذاشته شود.

➤ رفع علت زمینه ای

## پری پستان و احتقان:

معمولاً در روزهای ۳ تا ۷ پس از زایمان که میزان تولید شیر بالاست رخ می دهد. پستان ها متورم، گرم و حساس به لمس هستند. در موارد شدید نوک پستان صاف می شود. تورم و حساسیت پستان ها دو طرفه می باشد. حال عمومی مادر خوب است و درد به صورت منتشر است.

## علل:

شیردهی غیرمکرر، شیرخوار خواب آلوده یا جدایی مادر از شیرخوار

## درمان:

✓ تخلیه موثر و مکرر پستان ها

✓ ماساژ ملایم پستان ها

✓ تغذیه مکرر شیرخوار هر ۱ تا ۳ ساعت

✓ کمپرس گرم قبل شیردهی و کمپرس سرد

پس از تغذیه شیرخوار

✓ استفاده از لباس زیر مناسب به منظور

حمایت از پستان سنگین

## ماستیت:

یک عفونت باکتریال یک طرفه پستان که در ۲ تا ۳ درصد زنان شیرده رخ می دهد. اغلب به صورت ناحیه ای مشخص، گرم با درد هنگام لمس، تورم و قرمزی موضعی یک طرفه پستان ظاهر می شود که بعد از روز دهم پس از زایمان دیده می شود.

بیشترین شیوع از هفته دوم و سوم بعد از زایمان می باشد. التهاب پستان ممکن است با شروع درد ناگهانی در پستان، درد عضلانی و



دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی بهار

## "مشکلات شایع شیردهی"



بخش نوزادان

بهار ۱۴۰۲

واحد آموزش به بیمار: ۰۲۳۳۲۲۴۰۸۲۴

### مادر گرامی:

احتقان زمانی اتفاق می افتد که شیر را به طور مرتب با شیردهی یا با دوشیدن خارج نکنید (بد گرفتن پستان و نگهداری غلط شیرخوار که سبب عدم تخلیه کامل می شود.

و ماستیت در صورت درمان نشدن احتقان پستان و افزایش تجمع شیر و انسداد مجاری ایجاد می شود. پس شیردهی مکرر و توجه به موارد گفته شده را به خاطر بسپاریم.

مادرگرامی در صورت نیاز به مشاوره پس از ترخیص به کلینیک شیر مادر هر روزه از ساعت ۹ الی ۱۲ در درمانگاه فاطمیه با شماره تماس ۳۲۲۲۴۰۹۱ داخلی ۴۴۱ و مرکز مشاوره شیردهی مستقر در مرکز بهداشت مراجعه نمایید.

منبع: راهنمای تغذیه با شیر مادر برای پزشکان

تب ناگهانی همراه می باشد. احساس خستگی شدید، حالت تهوع، استفراغ، سردرد نیز ممکن است بروز کند.

### درمان:

- تجویز آنتی بیوتیک طی یک دوره ۱۰ تا ۱۴ روزه
- ادامه شیردهی
- در صورت درد مصرف مسکن توصیه می شود.
- در صورت تحمل مادر شروع شیردهی از پستان مبتلا ارجحیت دارد. اما اگر شیردهی از پستان مبتلا با درد زیاد همراه است، شیردهی از پستان غیر مبتلا شروع شود تا علایم تخفیف یابد.
- دوشیدن
- مصرف مایعات کافی