

بسم الله الرحمن الرحيم

آشنایی با وسایل و ابزار کمکی مورد استفاده در
شیردهی و مشکلات پستانی

Breastfeeding Devices and Equipment

اگرچه تغذیه با شیر مادر فرآیندی ساده و طبیعی است اما برای موفقیت در شیردهی مادران نیاز مند داشتن آگاهی کافی، کسب مهارت لازم و حمایت همه جانبه هستند تا بتوانند بر مشکلات دوران شیردهی غلبه کرده و در امر تغذیه شیرخوار با شیر خود موفق شوند. یکی از این آموزش ها شناختن وسایل کمک شیردهی است. فناوری تغذیه با شیر مادر با وسایل کمکی یعنی انواع شیردوش ها، محافظ نوک پستان و یا هر وسیله و روشی که بتواند در حمایت از شروع شیردهی و یا استمرار آن مفید باشد، اطلاق می شود. این روش ها برای شیرخواری که قادر به مکیدن پستان نیست یا تمایلی به این کار ندارد مورد استفاده قرار می گیرد.

Oral feeding

Baby-led ▶

- که شیرخوار در مقدار و مدت تغذیه شرکت نموده و مقدار شیر دریافتی و مدت زمان شیر خوردن تحت کنترل خود شیرخوار می باشد.
- شامل تغذیه مستقیم از پستان مادر (breastfeeding) و یا استفاد از فنجان (cup) می باشد.

Carer led ▶

- ▶ که در این مورد شیرخوار هیچ اختیاری در مقدار و فواصل تغذیه نداشته و همچنین روی کنترلی روی آن ندارد.
- شامل:
- لوله (Tube)، سرنگ (Syringe)، قطره چکان (dropper)، قاشق (Spoon)، شیشه شیر (Bottle)

ULTRATHIN NIPPLE SHIELDS

Nipple shield یک پوشش سیلکونی بسیار ظریف و انعطاف پذیر می باشد.



Nipple shield با یک بخش برش داده شده به شیرخوار کمک میکند که با پوست و بوی مادر خود در تماس باشد.

nipple shield (محافظ پستان)

▶ محافظ نوک پستان اغلب در نوزادان رسیده برای کمک به مشکلات پستان استفاده می شدند که ناشی از نوک صاف یا فرورفته ، فرنولوم کوتاه ، دردناک بودن نوک پستان و یا جلوگیری از انتقال عفونت های پستان و آرنول بود

▶ در نوزادان اواخر نارس می تواند به دلایل مشابه استفاده شوند ولی اغلب به سه دلیل در این نوزادان از محافظ پستان استفاده می شود

اندیکاسیون های استفاده از محافظ پستان سلیکونی جهت شیرخواران Late preterm

۱. کمک به کاهش قدرت مکش لازم درانتقال شیر یا آغوز (کاهش فضای مرده دهان)

از آن جایی که بالشتک های چربی تابعد از هفته ی ۳۷ بارداری تشکیل نمی شوند، به دلیل نبود این بالشتک ها در گونه ی نوزادان **late preterm** بخش بزرگی از دهان و گونه های این شیرخواران ناکارآمد و به صورت فضای مرده باقی می ماند، که دراین صورت استفاده از **nipple shield** باعث کمک به پرکردن این فضا و کاهش فضای مرده می شود که در نهایت باعث می شود که شیردهی با انرژی کمتری انجام شود.

اندیکاسیون های استفاده از محافظ پستان سلیکونی جهت شیرخواران

Late preterm

۲- کاهش جریان شیر بیش از حد توان نوزاد

یکی دیگر از موارد استفاده ی مفید از nipple shield برای نوزادان late preterm: کمک به کنترل سرعت جریان شیرازپستان مادرمی شود .

باعث کنترل جریان شیر درمادرانی که رفلکس جهش شیر قوی دارندشده وباعث کاهش استرس وحفظ انرژی نوزاد میشود

اندیکاسیون های استفاده از محافظ پستان سلیکونی جهت شیرخواران

Late preterm

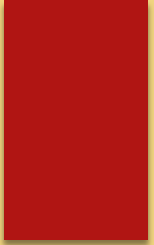
۳. محرکی برای تشویق نوزاد برای شروع وادامه مکیدن

سومین علت استفاده از nipple shield برای نوزادان late preterm جهت کمک به داشتن الگوی پایدار و مکرر ساکینگ در شیرخوار می باشد.

❖ غلاف میلین تا هفته ی ۳۶ بارداری هنوز متکامل نشده است و در نتیجه حرکات ارادی نوزاد در این سن کم می باشد

- از آن جایی که بافت سینه ی مادر بسیار نرم و انعطاف پذیر است، ممکن است که نتواند ایمپالس های به اندازه ی کافی قوی و موثر جهت تشویق ساکینگ به مغز نوزاد ایجاد کند.

- احساس سفتی حاصل از nipple shield و بخش سفتی از آن که با زبان و سقف دهان شیر خوار برخورد می کند باعث ایجاد ایمپالس های هرچه بیشتر و موثرتر به مغز شیرخوار می شود که در نتیجه ما شاهد افزایش تحریک ساکینگ و ایجاد ساکینگ های قوی خواهیم شد.



سه نکته مهم در استفاده از محافظ پستان :

استفاده در جای درست

استفاده به شیوه درست

انتخاب اندازه و جنس مناسب

Nipple shield options

سایز های متفاوت nipple shield (16-mm, 20-mm, and 24-mm sizes) ▶

- اگر که سایز مناسب استفاده نشود;
باعث ایجاد اختلال در جریان شیر، افزایش درد نیپل و احتمال ترومای نیپل می شود و همچنین شیرخوار ممکن است، مقدار زیادی انرژی برای برقراری جریان شیر صرف کند که خود باعث خستگی و کاهش وزن او می گردد.
- اگر nipple shield بیش از حد بزرگ باشد ممکن است که latch on موثر و عمیق به خوبی صورت نگیرد.
- اگر nipple shield خیلی کوچک باشد، ممکن است که فضای کافی جهت قرار گرفتن نیپل را نداشته باشد و نیپل به خوبی در آن جا نگیرد و این مسئله باعث می شود که مقدار کافی از بافت سینه که لازمه ی latch on موثر می باشد در دسترس قرار نگیرد، که خود باعث کاهش مقدار جریان شیر و افزایش درد نیپل شود.

توصیه می شود برای نوزادان اواخر نارسى از نازک ترین نوع سلیکون استفاده شود و از محافظ های نوک پستان غیر سلیکونی و یا ضخیم پرهیز شود .

معمولی با لبه های کاملاً گرد

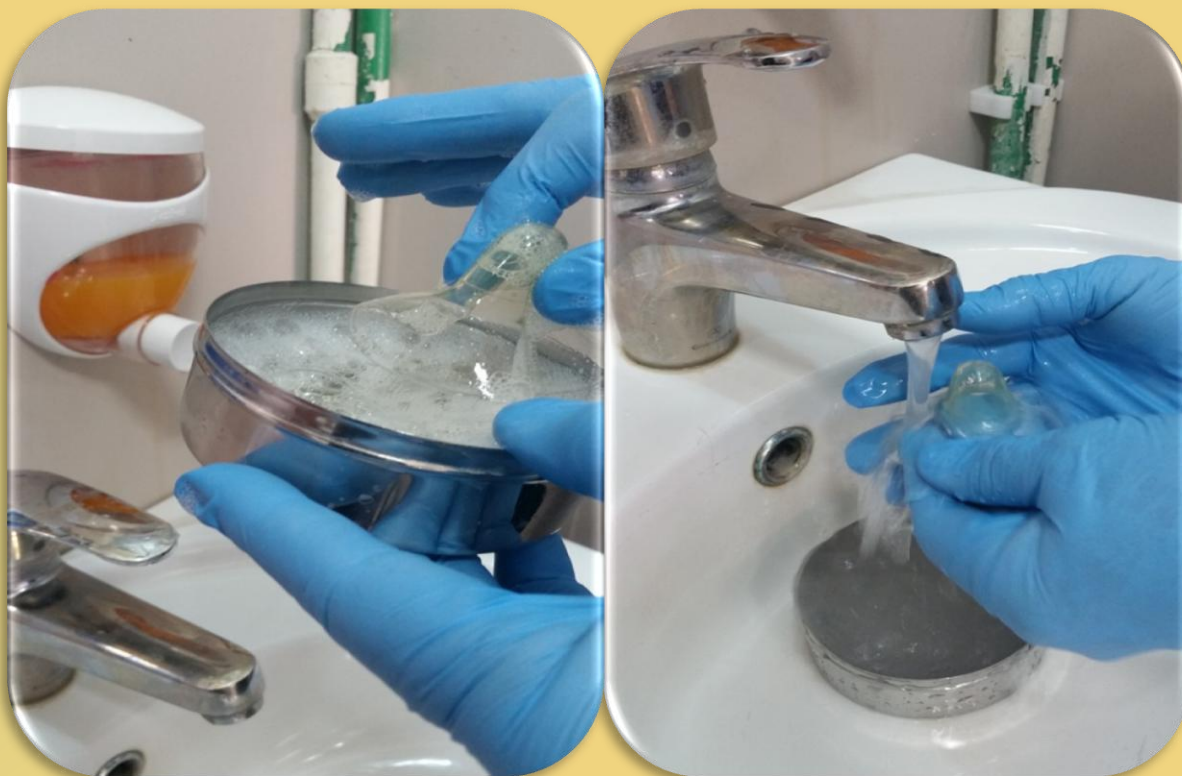


تماسی با لبه بریده شده

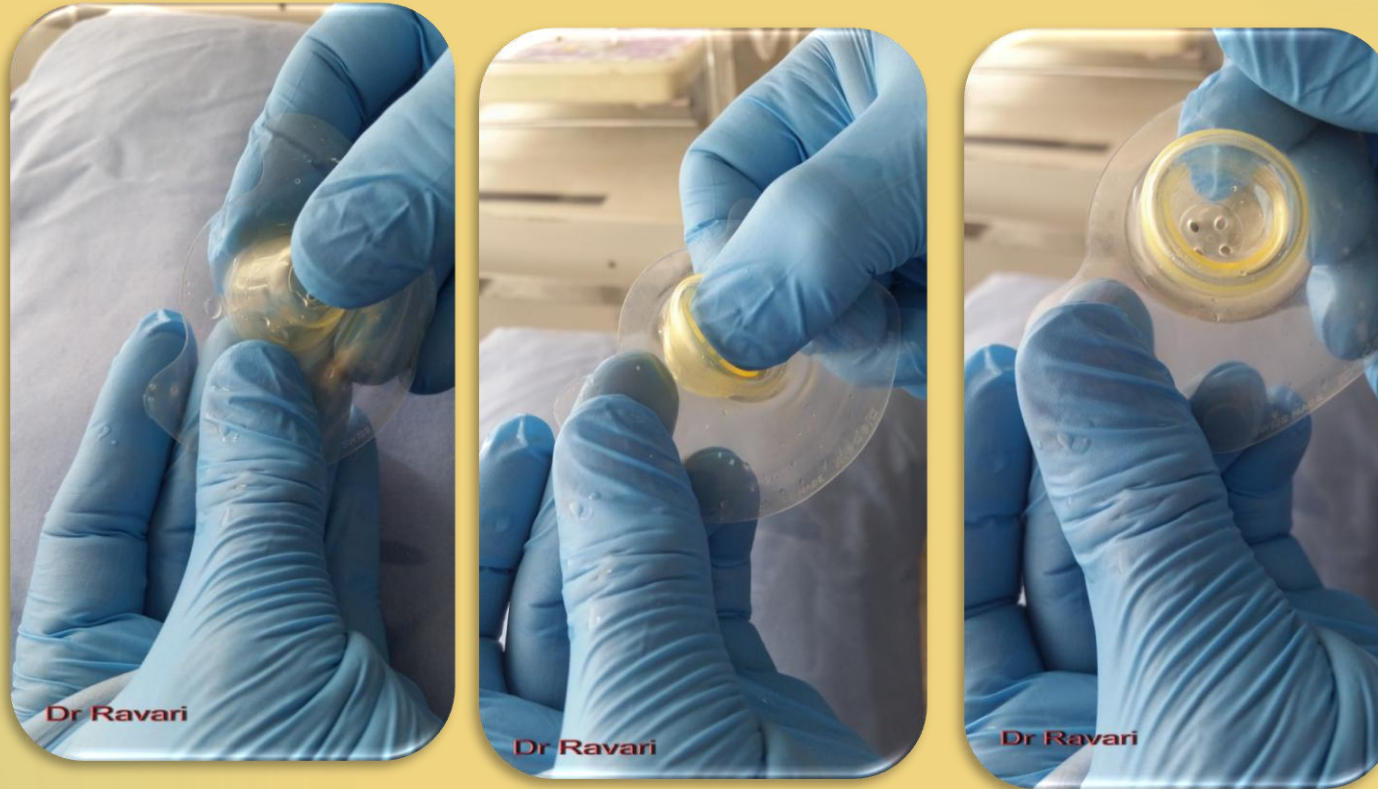


استفاده از Nipple shield

۱. باید آن را با آب گرم و آب صابون شست و شو داد و سپس با آب گرم شست.



استفاده از Nipple shield



ابتدا قسمتی را که روی نیپل قرار می گیرد با کمک انگشت شست خود در حالی که دو طرف آن رو با انگشتان هر دو دست خود نگه داشت اید به داخل فشار دهید.
و سپس در نیمه ی راه نوک نیپل را در آن جا دهید.

استفاده از Nipple shield



۴. قسمت برجسته (نوک) nipple shield را روی نیپل متمرکز کنید و سپس به آرامی به سمت سینه هل دهید تا به خوبی به سینه ی مادر چسبانده شود.

استفاده از Nipple shield



۵. هنگامی که به آرامی به سمت سینه ی مادر فشار می دهید، یک انگشت از هر دست را به عنوان پل و یا تکیه گاه بین نیپل و قسمتی از nipple shield جا دهید.

برداشتن nipple shield از روی سینه ی مادر



Optimal attachment technique during the use of a nipple shield



یک تکنیک نادرست attachment می تواند باعث آسیب و
ترومای نیپل گردد.



یک نشانه ی **breastfeeding** خوب، وجود مقداری شیر در **nipple shield** و شیرخوار آرام و راضی می باشد.



توجه شما



با سپاس از