

❖ مشکلات پستان در زمان شیردهی:

* درد و زخم و شقاق نوک پستان:

بیشترین علت زخم نوک پستان، وضعیت نادرست پستان گرفتن توسط شیرخوار، شستشوی مکرر پستان با صابون، کشیدن پستان از دهان شیرخوار، عفونت قارچی، بیماریهای پوستی مثل اگزما و دندان در آوردن شیرخوار می باشد.

* درمان شقاق:

❖ بهترین درمان، اصلاح وضعیت و نحوه شیر خوردن نوزاد می باشد.

❖ از شستن پستان با آب و صابون قبل از هر بار شیردهی پرهیز کنید.

❖ قبل از شیردهی پستان را ماساژ بدهید یا پارچه گرم و مرطوب روی پستان قرار بدهید تا به جریان شیر کمک کند.

❖ شیردهی را از پستان

سالم که درد کمتری دارد شروع کنید تا واکنش جهش شیر برقرار گردد. بعد از شیردهی با یک قطره شیر مادر یا پماد لائولین برای چرب کردن نوک پستان استفاده کنید.

❖ زخم را در معرض سرما قرار ندهید.



❖ پستان را در معرض هوا و نور خورشید قرار دهید.

در صورت عدم بهبود برای درمان عفونت قارچی احتمالی یا سایر بیماری ها به پزشک مراجعه کنید.

* پری پستان:

وقتی در پستان شیر ترشح می شود به موازات تولید شیر بیشتر، ممکن است پستان ها گرم، پر و سنگین احساس شوند. این حالت طبیعی است. برای رفع پری پستان باید کودک مکرر تغذیه شود و ما بین وعده های تغذیه، پستان را کمپرس سرد نمایند.

* احتقان:

در روزهای اول پس از زایمان چنانچه پستان از شیر تخلیه نشود، شیر، خون و لنف موجب تورم پستان شده و جریان شیر متوقف



خواهد شد. در این حالت پستانها سفت، تحت فشار و براق به نظر می رسند. نوک پستان ها ممکن است تحت فشار، صاف شده و پستان گرفتن برای شیرخوار سخت شود.

* درمان و پیشگیری احتقان:

❖ برای پیشگیری باید بلافاصله بعد از زایمان، تغذیه با شیر مادر شروع شود.

❖ مطمئن شوید

وضعیت گرفتن

پستان صحیح است.

❖ از لباس های تنگ (تاپ،

سینه بند) استفاده نکنید.

❖ زمان و دفعات تغذیه با شیر مادر را

محدود نکنید.

❖ پستانها را بدوشید.

❖ پس از تخلیه کامل یک پستان توسط شیرخوار،

تغذیه از پستان دیگر را شروع کنید.

❖ قبل از شیردهی یا دوشیدن شیر، دوش آب گرم

گرفته یا از کمپرس گرم روی پستان استفاده کنید.

❖ جهت کاهش ورم و کم شدن درد بعد از تغذیه

شیرخوار، کمپرس سرد روی پستانها قرار دهید.

❖ قراردادن برگ کلم بر روی پستان به علت

وجود آنتی سیانین در آن باعث کاهش التهاب

می گردد.

* مجرای بسته:

لمس یک توده حساس و دردناک در پستان مادری که شیر می دهد و قبلا سالم بوده بدون وجود تب احتمالا به علت بسته بودن یک یا چند مجرای جمع کننده شیر است

* درمان مجرای بسته:

❖ شیردهی در وضعیت صحیح انجام شود.

❖ خم شدن به جلو در پستانهای سنگین و پاندولی

کمک می کند.



مشکلات پستان در زمان شیردهی



خانواده جوان، پیام آور نشاط و امید

بیمارستان خاتم الانبیاء (ص) درمیان واحد آموزش

❖ کمپرس گرم قبل از شیردهی

❖ کمپرس سرد بعد از شیردهی

❖ در صورت عدم بهبودی به پزشک خود مراجعه

کنید

* آبسه پستان:



اگر درمان کافی و درست
برای ماستیت انجام نشود
تبدیل به آبسه پستان
می گردد که یک ناحیه
چرکی در داخل پستان
است. علایم و نشانه

های آن شامل بیحالی،
تهوع، خستگی زیاد، درد عضلانی همراه تورم و
قرمزی موضعی است.

* درمان آبسه:



❖ برای درمان آبسه باید
به پزشک مراجعه کرد تا
با جراحی تخلیه شود.
❖ مادر به تغذیه شیرخوار
از پستان سالم ادامه دهد
پستان آبسه دار دوشیده
شود.

❖ چنانچه خروج چرک از نوک و اطراف هاله قهوه
ای پستان وجود دارد، موقتاً تا بعد از جراحی،
شیرخوار از پستان مبتلا تغذیه نشود و این پستان
روزانه ۶ بار دوشیده شود و شیر آن دور ریخته شود.

❖ تغذیه مکرر شیرخوار از پستان لازم است، شروع
شیردهی از پستان مبتلا باشد.

❖ حمام کردن و دوش گرفتن و قرار دادن حوله یا
پارچه گرم قبل از شیردهی به جریان یافتن شیر
کمک می کند. پس از شیردهی برای تسکین از
کیسه آب سرد استفاده کنید.

❖ محل درگیر را به آرامی ماساژ بدهید و پستانها
را بدوشید.

* ماستیت:

اغلب بدنبال انسداد جریان شیر اتفاق می افتد
زیرا شیر از مجاری به داخل بافت های اطراف

نشت می کند که
لزوماً نشا نگر عفونت
نیست. ماستیت اغلب
به صورت ناحیه ای
دردناک و قرمز
رنگ روی یک پستان
تظاهر می کند و اغلب
همراه با تب، لرز
و درد عضلانی است.



* درمان ماستیت:

❖ تخلیه مکرر و کامل پستان و ادامه شیردهی

❖ در حالت رکوع شیر دادن به شیرخوار

❖ دوشیدن شیر

❖ تغذیه مکرر شیرخوار با

شیر مادر