



# مشاهده و ارزیابی در آغوش گرفتن



# به نام خدا



# اهداف

- ▶ شرح معیارهای شیردهی مادر در وضعیت راحت
- ▶ نشان دادن وضعیت های شیرخوردن شیرخوار
- ▶ نشان دادن روش های حمایت پستان
- ▶ لیست نمودن علائمی که نشان دهنده وضعیت بد شیرخوردن شیرخوار است

معاونت بهداشت

# اهداف

- ▶ توصیف علائم صحیح چفت شدن (Latch-on) دهان شیرخوار به پستان
- ▶ لیست نمودن علائم انتقال شیر از پستان به شیرخوار
- ▶ توصیف معیارهای ارزیابی دریافت شیر کافی
- ▶ لیست نمودن علائم بلعیدن شیر

معاونت بهداشت

## مقدمه

- ▶ وضعیت صحیح شیردهی مادر و نوزاد اساس موفقیت در تغذیه با شیرمادر است
- ▶ شیردهی راحت، بدون درد و موثر نشانه بهترین عملکرد مادر و شیرخوار است
- ▶ وضعیت های شیردهی زیادی برای مادر وجود دارد ولیکن الزاما نیازی به یادگیری همه آنها برای او نیست، لذا با همان وضعیتی که وی ترجیح میدهد باید تمرین و اصلاح شیردهی نمود. **معاونت بهداشت**



## مقدمه (ادامه)

▶ مشاورین شیردهی باید بدرستی و قادر به ارزیابی وضعیت شیردهی، چگونگی چفت شدن (Latch-on) دهان شیرخوار به پستان و انتقال و بلع شیر و درج کامل ارزیابی تغذیه با شیرمادر در پرونده پزشکی، باشند

معاونت بهداشت

# وضعیت های شیردهی مادر و شیرخوار

1. فراهم نمودن راحتی مادر از نظر فیزیکی و روحی
2. آموزش در هر وضعیتی که مادر قرار دارد و راحت است:

- اگر مادر روی صندلی نشسته است
- اگر مادر روی تخت نشسته است
- اگر مادر با پهلو خوابیده است
- اگر مادر به پشت خوابیده است

معاونت بهداشت

# اگر مادر روی صندلی و مستقیم نشسته است



- ▶ زانوهایش کمی بالاتر از باسن باشد
- گذاشتن زیر پائی بمنظور بالا بردن زانوها
- متمایل شدن بدن شیرخوار رو به مادر
- پیشگیری از کشش پشت مادر
- ▶ استفاده از بالش برای راحتی و حمایت شیرخوار

- برای پشت مادر
- روی ران ها و پائین شکم مادر (بالش نسبتا محکم ، بالش شیردهی) بمنظور هم سطح نمودن شیرخوار با پستان
- ▶ مادر نباید به عقب یا جلو بروی شیرخوار خم شود

معاونت بهداشت





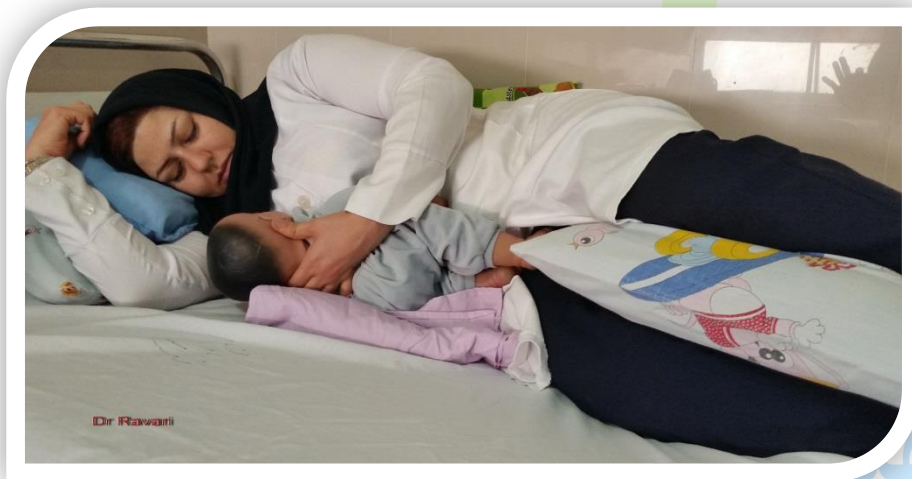
# اگر مادر روی تخت نشسته است

- ▶ بالا آوردن پشتی تخت بطور قائم (۹۰ درجه)
- ▶ استفاده از بالش برای پشت مادر (در صورت نیاز)
- ▶ گذاشتن بالش برای زیر زانوها و یا بازوی مادر
- ▶ گذاشتن بالش روی ران ها و پائین شکم مادر بمنظور هم سطح نمودن شیرخوار با پستان یا حفاظت شکاف سزارین



# اگر مادر به پهلو خوابیده است

- ▶ احساس خستگی کمتر در این روش
- ▶ کمک به مادر برای خوابیدن به پهلو (در صورت نیاز) به منظور رو به پستان قرار گرفتن صورت شیرخوار
- ▶ گذاشتن بالش بین پاهای مادر بمنظور هم سطح نمودن با باسن



- ▶ و کاهش درد پشت
- ▶ استفاده از بالش برای پشت مادر (در صورت نیاز)
- ▶ گذاشتن یک حوله یا پتوی لوله شده در شکاف پشت شیرخوار که به پشت نچرخد

- ▶ حمایت پشت کودک توسط دست بالائی مادر

# اگر مادر به پشت خوابیده است



- ❖ وضعیت مناسبی برای شیردهی نیست ولیکن ممکن است نیاز باشد (جراحی، حین و بعد از سزارین، جریان سریع شیر)
- ❖ وزن شیرخوار به روی پستان مادر ممکن است دردناک باشد

- ▶ در صورت قرار دادن سینه به سینه شیرخوار با مادر، چانه باید در پستان مادر فرو رفته باشد، سر کمی به عقب و بینی در تماس نزدیک به پستان باشد
- ▶ کمک به شیرخوار در اصلاح پوزیش و نحوه چفت شدن به پستان
- ▶ هم سطح نمودن بدن نوزاد با پستان در صورت قراردادن نوزاد از پهلو و حمایت پشت و گردن شیرخوار توسط بازو آرنج مادر

# شیردهی در ساعات اول پس از سزارین مادر به پشت خوابیده است



Dr Ravari



Dr Ravari

# وضعیت های شیردهی مادر و شیرخوار

3. وضعیت شیرخوار هنگام شیر خوردن

4. وضعیت های معمول شیردهی

- گهواره ای (Madonna or cradle hold)
- گهواره ای متقابل (Cross-cradle hold)
- زیر بغلی (Clutch, Under arm football hold)
- زیر بغلی نیمه نشسته (Elevated clutch hold)
- خوابیده به پهلو (Side-lying position)
- خوابیده به پشت (Australian or posture feeding, prone oblique)
- نشسته (Upright posture (straddle, side sitting))

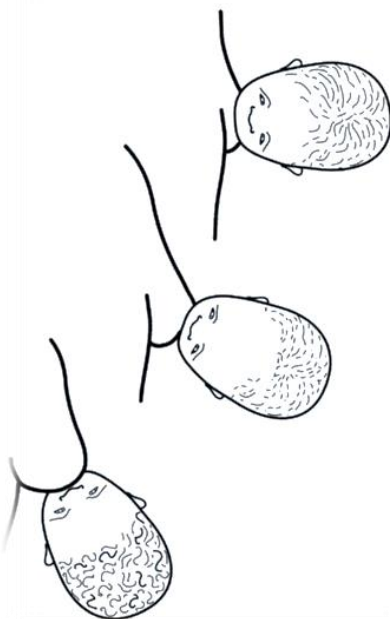
# وضعیت شیرخوار هنگام شیر خوردن

- ▶ بدن شیرخوار باید خوب نگه داشته شود بطوریکه بدنش بطرف جلو کمی خم شود
- ▶ صورت شیرخوار روبه بدن مادر و سر (گوشهها) شانه و باسن شیرخوار در امتداد خطی مستقیم باشد.
- ▶ بدن شیرخوار نزدیک مادر باشد، گفتن شکم به شکم "tummy-to-tummy" گمراه کننده است چون در این حالت بدن شیرخوار خیلی پائین نگهداشته می شود

معاونت بهداشت

# وضعیت شیرخوار هنگام شیر خوردن

- ▶ بدن شیرخوار هم سطح پستان مادر باشد
- ▶ شیرخوار به زیر پستان آویزان نباشد
- ▶ پرهیز از وضعیتی که سبب چرخش گردن شیرخوار به طرفین شود
- ▶ از فشار به پس سر ( ناحیه اکسی پیتال) پرهیز شود چون این عمل باعث رها کردن پستان و کشیدن سر به عقب و قوس کردن بدن وی می شود



## Madonna or cradle hold

گهواره ای



- سر شیرخوار در خم آرنج و بالای ساعد و شانه و پشت شیرخوار نیز توسط بقیه ساعد دست مادر همان طرف حمایت می شود.
- صورت و بدن شیرخوار (به پهلو) رو به مادر است.
- دست زیرین شیرخوار در طرفی که شیر می خورد در پهلوئی مادر و یا به باسن وی تکیه دارد
- مادر می تواند با دست دیگرش پستانش را نگه دارد .



## Cross-cradle hold

گهواره ای متقابل



- قاعده گردن و شانه شیرخوار با کف دست مادر و پشت شیرخوار با ساعد همان دست حمایت می شود.
- صورت و بدن شیرخوار (به پهلو) رو به مادر است.
- دست زیرین شیرخوار در طرفی که شیر می خورد در پهروی مادر و یا به باسن وی تکیه دارد.
- مادر می تواند با دست طرفی که از پستان خود به شیرخوار شیر می دهد براحتی پستانش را نگهدارد.

## Clutch, Under arm football hold

زیر بغلی



- شیرخوار به روی بالش و خوابیده به پهلو یا به پشت و یا کمی رو به بالا (نیمه نشسته) در کنار و زیر بغل مادر و در بین بازو و قفسه سینه وی قرار می گیرد.
- قاعده گردن و شانه شیرخوار با کف دست مادر و پشت شیرخوار با ساعد همان دست حمایت می شود.
- مادر می تواند به راحتی با دست طرف مقابل پستانش را نگه دارد.

## Side-lying position

خوابیده به پهلو



- مادر به پهلو خوابیده ، سر و پشت و پای بالایی خود را بر بالش تکیه می دهد.
- بدن شیرخوار از پهلو رو به روی مادر است بطوریکه صورت وی رو به مادر و دهان او هم سطح با نوک پستان و سرش کمی به طرف عقب متمایل می باشد.
- سر شیرخوار می تواند بر روی بستر و یا ساعد و یا بازوی مادر قرار بگیرد.
- پشت شیرخوار توسط ساعد دست فوقانی مادر و یا بالش حمایت می شود.

خوابیده به پشت  
**Australian or posture  
feeding(prone oblique)**



- مادر به پشت خوابیده ، سر و شانه هایش کمی بالاتر از شکمش بر بالش تکیه می دهد.
- بدن شیرخوار شکم به شکم روی مادر است بطوریکه صورت وی روی پستان و سرش کمی به طرف عقب متمایل می باشد.
- پیشانی شیرخوار می تواند توسط قانده کف دست مادر نگهداشه شود که سر شیرخوار به جلو نیفتد.
- مادر می تواند با دستش پشت و یا زیر باسن شیرخوار را حمایت کند.

## نشسته

### Upright posture (straddle, side sitting)



- مادر نشسته ، شیرخوار نیز روبه رو و روی ران مادر نشسته و صورتش رو به پستان و سرش کمی به طرف عقب متمایل می باشد.
- باسن شیرخوار روی ران مادر و پاهای شیرخوار می تواند در یکطرف و یا دو طرف ران مادر قرار بگیرد.
- مادر می تواند با یک دستش پشت شیرخوار و با دست دیگرش پستان خود را حمایت کند.


# اهم مزایا و معایب وضعیت های اصلی شیردهی

گهواره ای	مزایا	معایب
	<ul style="list-style-type: none"><li>• اغلب استفاده میشود</li><li>• مناسب در تغذیه طولانی و زمانی که شیرخوار رشد میکند</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• سر شیرخوار تکان می خورد و جابجا می شود</li><li>• کنترل سر شیرخوار خوب نیست</li></ul>

# اهم مزایا و معایب وضعیت های اصلی شیردهی

گهواره ای متقابل	مزایا	معایب
	<p>ایده آل برای اوائل شیردهی و آموزش شیردهی (چفت شدن غیرقرینه)</p> <p>کنترل سرشیرخوار خوب است</p> <p>آوردن سر شیرخوار به طرف پستان به منظور گرفتن آن (Latch-on) آسان و خوب است</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• مادران کمتر با این روش آشنا هستند</li><li>•</li><li>•</li></ul>

# اهم مزایا و معایب وضعیت های اصلی شیردهی

زیر بغلی	مزایا	معایب
	<ul style="list-style-type: none"><li>• کنترل سرشیرخوار خوب است</li><li>• آوردن سرشیرخوار به طرف پستان آسان و خوب است</li><li>• بهترین روش برای دیده دهان شیرخوار</li><li>• کمک کننده در جراحی، سزارین و پستان بزرگ</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• در صورت تماس پای شیرخوار به پشتی مادر سرش را به عقب می کشد</li></ul>



# اهم مزایا و معایب وضعیت های اصلی شیردهی

## خوابیده به پهلو



## مزایا

- کمترین خستگی مادر
- وضعیت خوب پس از جراحی ، سزارین

## معایب

- دیدن چگونگی چفت شدن دهان (Latch-on) شیرخوار به پستان مشکل است
- مشکل دید مادر برای کمک به چفت شدن دهان شیرخوار به پستان



# چفت شدن دهان شیرخوار به پستان Latch-on



A. نکات کلیدی

B. حمایت پستان و Latch-on

C. وضعیت بینی شیرخوار

D. وضعیت دهان شیرخوار

E. علائم بلعیدن (انتقال شیر)

معاونت بهداشت



# چفت شدن خوب به پستان Latch-On Well قلب موفقیت در تغذیه با شیرمادر است



## نکات کلیدی

1. چفت شدن خوب دهان شیرخوار به پستان، از بسیاری مشکلات شیردهی پیشگیری می کند
2. مواردی که باید در هنگام Latch-on پرهیز کرد

معاونت بهداشت



# Latch-On Well

## چفت شدن خوب دهان شیرخوار به پستان

▶ انتقال شیر بهتر از پستان به دهان شیرخوار

▶ تحریک بیشتر تولید شیر در پستان

▶ رضایت و خوشنودی شیرخوار

▶ پیشگیری از زخم نوک پستان

▶ پیشگیری از احتقان پستان و...

معاونت بهداشت



# مواردی که باید در هنگام گرفتن پستان پرهیز کرد

- ▶ هدایت پستان به طرف دهان و یا خم شدن به جلو
- ▶ خم کردن گردن شیرخوار (چانه به قفسه سینه)
- ▶ به عقب کشیدن گردن شیرخوار
- ▶ فشار به چانه شیرخوار جهت به زور باز کردن دهان
- ▶ حمایت و فشار دادن سرشیرخوار به داخل پستان
- ▶ در آوردن پستان از دهان شیرخوار در وقفه های شیرخوردن
- ▶ چرخش بدن مادر یا شیرخوار
- ▶ تحرک شدید شیرخوار (پراندن دست و پا)

# حمایت پستان و (Latch-on)

1. محل قرار دادن دست و انگشتان

■ دور از هاله

■ حمایت پستان توسط دست

• پستان بزرگ، پستان کوچک

■ حمایت پستان به روشهای...C, V, U

2. آوردن شیرخوار به طرف پستان

(Attachment)

# آوردن شیرخوار به طرف پستان (Attachment)

## 1. مالیدن نوک پستان به لبها (ترجیحا لب بالا)

- برای باز شدن دهان
- دقت در عدم تماس انگشتان مادر با دهان شیرخوار
- امکان بستن دهان و یا گاز گرفتن شیرخوار



# آوردن شیرخوار به طرف پستان (Attachment)

2. در ابتدا باید چانه شیرخوار در تماس با پستان و نوک بینی نزدیک به آن باشد:



دهان باز همانند اولین گاز زدن به یک ساندویچ بزرگ، کمک کننده است

دهان شیرخوار رو به بالا بطوریکه از طرف چانه بخش زیادی از هاله را بپوشاند

معاونت بهداشت





# آوردن شیرخوار به طرف پستان (Attachment)

3.

## هدایت شیرخوار بطرف پستان

- دهان باید کاملاً باز و زبان در کف آن باشد
- ارتباط کلامی (گفتن باز) و دیدن (باز نمودن دهان مادر) کمک کننده است
- احساس ترس و مقاومت در شیرخوار در صورت رفتار سریع و خشن
- پرهیز از هل دادن و به زور بردن شیرخوار بطرف پستان مادر
- در گریه زبان بالاست و اختلال در Latch-On Well

معاونت بهداشت



پس از باز شدن مختصر دهان شیرخوار، کمی سر وی را به عقب  
متمایل نموده تا وقتی که کاملا دهان باز شود وی را سریعاً و به  
آرامی بطرف پستان هدایت کنید



معاونت بهداشت

# حمایت پستان بزرگ با حوله لوله شده



روش زیر بغلی  
مناسب است

Dr. Ravari

# روشهای حمایت پستان

- C–hold
  - C–hold with chest wall support
- V–hold (scissors)
- U–hold (Dancer hold)
  - Modified dancer hand position
- Nipple sandwich hold(Taco)

معاونت بهداشت



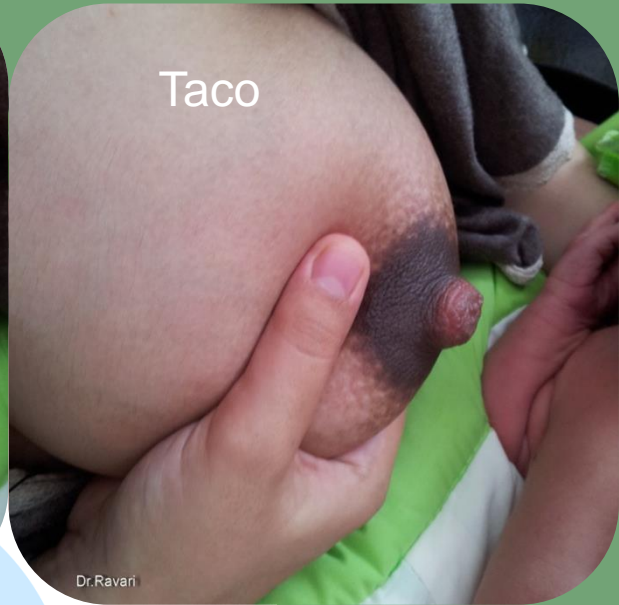
C-hold

Dr.Ravari



V-hold

Dr.Ravari



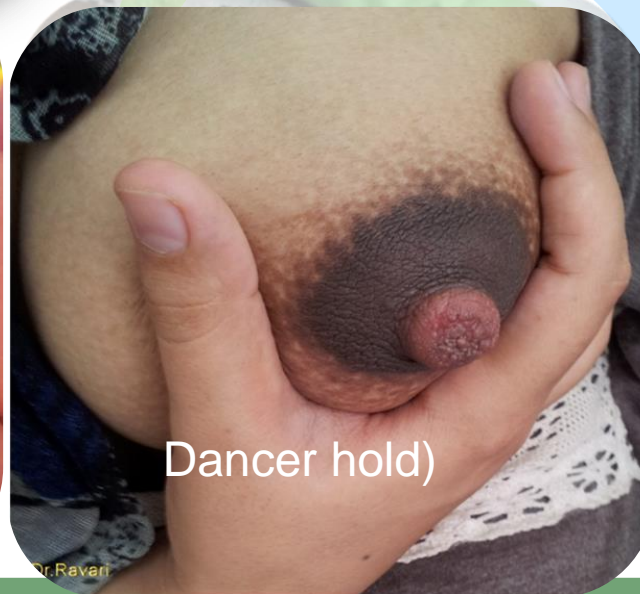
Taco

Dr.Ravari



C-hold  
with chest wall support

Dr.Ravari



Dancer hold)

Dr.Ravari



Dancer hold)

# وضعیت بینی شیرخوار در Latch-on

▶ فشار بيمورد به روی پستان به بهانه باز نگهداشتن راه بینی ممکن است سبب:

- اختلال در Latch-on، بیرون آمدن پستان از دهان،
- درد نوک پستان (زخم و فیسور) و مجاری بسته شده شیر شود

▶ تغییر پوزیشن بدن شیرخوار در صورت چسبیدن بینی به پستان :

- فشار آرام آرنج مادر به باسن شیرخوار و راندن مختصر وی بطرف داخل و بالا

◦ حلقه زدن پاهای شیرخوار به دور کمر مادر

◦ مختصر بالا تر کشیدن پستان

# وضعیت دهان شیرخوار در Latch-on

▶ نظرات مختلف در چگونگی وضعیت دهان شیرخوار بروی هاله پستان:  
(مهم راحتی مادر و انتقال خوب شیر است)



◦ در مرکز

◦ غیر قرینه (ترجیحا)

▶ دهان کاملا باز

▶ زاویه گوشه دهان (۱۵۰-۱۳۰ درجه) یا بهتر

▶ عدم فرورفتگی در گونه

▶ برگشته شدن لب ها بطرف بیرون و نه مکیدن لب پائینی

▶ قرار گرفتن حدود ۲-۱ اینچ از هاله پستان در دهان شیرخوار

معاونت بهداشت



نه مکیدن لب پائینی

برگشته شدن لب ها بطرف بیرون

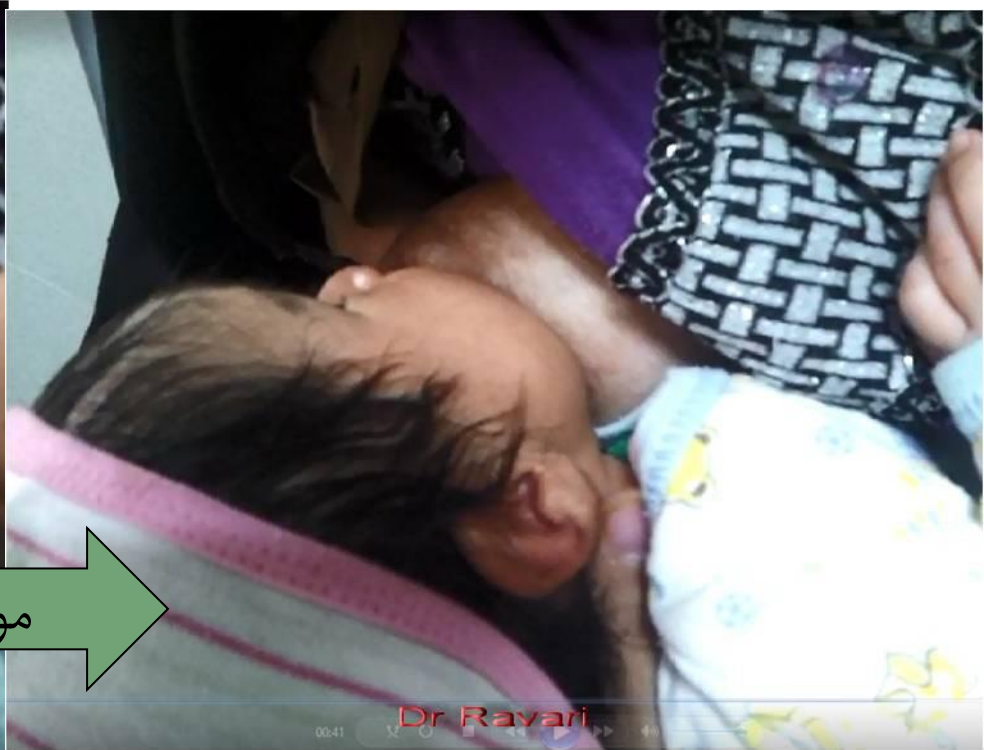


معاونت بهداشت





Dr Ravari



Dr Ravari

مورد ۱



Dr Ravari



Dr Ravari

مورد ۲

# با سپاس از توجه شما

