



مرکز آموزشی درمانی حضرت ولی عصر (عج)

انواع روش های تغذیه در نوزادان ترم و نارس



واحد آموزش به بیمار

۱۴۰۳

طریقه بغل گرفتن نوزاد نارس

سرنوزاد در کف یک دست قرار گرفته و اندام های تحتانی از زیر بغل مادر رد می شود که این روش به روش (فوتبالی) معروف است.



در روش انگشتی: ابتدا شستن دست ها و سپس یک انتهای لوله معده در کنار انگشت و انتهای دیگر در فمجان قرار میگیرد. همزمان با گذاشتن انگشت اشاره در قسمت کام، فمجان را بالاتر از شیرخوار گذاشته تا شیر جریان یابد.

در روش کنار سینه ای:

- ✓ در مشکلات مثل نارس ، آسیب های نورولوژیکی ، ناهنجاریهای کروموزومی
- ✓ سبب تحریک تولید شیر و اشتیاق به مکیدن بیشتر
- ✓ یک طرف لوله معده را داخل فمجان گذاشته و طرف دیگر را در حین مکیدن شیر از گوشه لب به آرامی به داخل دهان وارد میکنیم.



۶- تغذیه با بطری

- ❖ بهترین وضعیت نوزاد نارس بعد از اتمام تغذیه خوابیده به شکم یا پهلو راست می باشد
- ❖ بهترین فاصله برای دوشیدن شیر هر ۲ ساعت می باشد.
- ❖ بیشترین میزان ترشح پرولاکتین بین ساعت ۵ - ۲ صبح است

طرز صحیح بغل گرفتن نوزاد

بدن نوزاد روبروی مادر و در تماس نزدیک با بدن او

سر و بدن در یک امتداد

صورتش روبروی پستان مادر و چانه چسبیده به سینه

لب پایین کاملاً بیرون برگشته

مکیدن ها تند و عمیق

شنیدن صدای بلعیدن شیر

عدم احساس ناراحتی در شیر دادن

رها کردن سینه بعد از سیر شدن



عوامل مهم در افزایش شیر مادر

✓ مکیدن های مکرر شیرخوار

✓ دوشیدن پستان

✓ شیردهی شبانه

طرز صحیح دوشیدن شیر مادر

مادر در وضعیت راحتی باشد، بنشیند و پاها کمی بالاتر قرارگیرد، محیط ساکت باشد، به کودکش فکر کند، برای

جریان یافتن شیر ۱۰-۵ دقیقه حوله گرم روی سینه بگذارد یا با آب گرم بشوید.

برای دوشیدن

۱- دو انگشت زیر پستان و زیر لبه تحتانی هاله پستان وانگشت شست مقابل آن باشد و به نوک سینه فشار وارد نگردد چون نه تنها به خروج شیر کمک نمی کند بلکه باعث ترک خوردن می گردد.

۲- دست باید به قفسه سینه تکیه داده شود، اول پستان به طرف قفسه سینه و سپس به طرف جلو آورد تا شیر خارج گردد و با قراردادن انگشتان در جهات مختلف هاله مجاری دیگر را تخلیه کرد.

دو روش دوشیدن شیر

(الف) روش دستی (ب) شیردوش برقی

✓ برای دوشیدن شیر بطریق دستی به مدت ۱۵ دقیقه یک سینه بطور کامل تخلیه و سینه دیگر نیز به مدت ۱۵ دقیقه دوشیده می شود که باید ۴ انگشت زیر سینه و انگشت شست بالای سینه باشد.

✓ در این روش ابتدا سینه راست به مدت ۵ دقیقه تخلیه شده و بعد سینه طرف چپ به مدت ۵ دقیقه، مجدداً سینه طرف راست ۴ - ۳ دقیقه دوشیده شود و سینه طرف چپ نیز در ۳ - ۲ دقیقه و برای بار آخر هرکدام از سینه ها به مدت ۲ - ۱ دقیقه تخلیه

میگردند. به این ترتیب ۱۵ دقیقه زمان برای هرکدام گذاشته می شود.

انواع روش های شیردهی

اگر نوزاد نارس نتواند از پستان شیر بخورد

- ۱- تغذیه با لوله معده (برای نوزادان با سن زیر ۳۰ هفته و نوزاد با وزن زیر ۲ کیلوگرم انجام میشود)
- ۲- تغذیه با سرنگ و قطره



چکان (در مواردیکه نیاز به مقادیر کم شیر مثل آغوز و یا حداکثر تا

۵/۰ سی سی شیر در هر نوبت و چکاندن به داخل گونه و یا زیر زبان نیاز باشد)

۳- تغذیه با قاشق (مثل تغذیه با سرنگ در موارد نیاز به مقادیر کم شیر داخل دهان و یا زیر زبان و یا در صورت نارس بودن بجای قراردادن مستقیم قاشق در دهان شیر را بلیسد.

۴- تغذیه با فنجان (برای سن ۳۰ - ۳۲ هفته، ارجحیت با استفاده از بطری و سوند معده و مصرف انرژی کمتر در نوزادان نارس، تحریک و رفلکس مکیدن و بلعیدن و هماهنگی آن)

۵- تغذیه با انگشت (الف انگشتی ب) کنار سینه ای