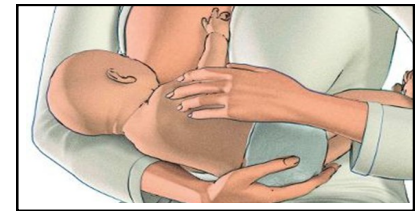


وضعیت گهواره ای:

یکی از مرسوم ترین روش های نگه داشتن شیرخوار برای شیردهی است. سر شیرخوار در خم آرنج مادر قرار گرفته و بدنش با ساعد مادر حمایت می شود. کنترل سر نوزاد بخصوص در روزهای اول در این روش مقدور نمی باشد و این روش برای روز های اول توصیه نمی شود.



وضعیت گهواره متقابل:

روشی مفید برای شیرخوارانی است که در پستان گرفتن مشکل دارند. استفاده از این روش در نوزادان نارس و کوچک که عضلات شل دارند و مادرانی که نوک پستان آزرده دارند بهترین روش است.

این وضعیت در شرایط خاص مثل بزرگ بودن پستان ها یا نوک پستان صاف یا فرو رفته و همچنین برای مادرانی که سزارین شده اندو یا شکم اول (نخست زا) هستند، ارجح است. در مواردی که نوزاد خواب آلود است یا مکیدن ضعیف دارد و حتی در نوزادان نارس و دوقلو و کسانی که نیپیل فرورفته دارند مفید است.

وضعیت خوابیده به پهلو:

در این وضعیت چند بالش زیر سر، پشت و زیر زانویی که به طرف بالاست بگذارید. ممکن است لازم باشد که یک بالش کوچک، پتو یا حوله تا شده در پشت شیرخوار هم گذاشته شود.



مادر گرامی، در صورت بروز هرگونه مشکل یا سوال درباره شیردهی، می توانید همه روزه صبح ها جهت مشاوره شیردهی در مرکز حضور یافته و یا با داخلی ۱۵۶ (صبح ها) و ۲۲۸ (عصر و شب) تماس حاصل فرمایید.

آدرس و تلفن: تهران - میدان شوش - خیابان فدائیان اسلام - کوچه شیشه گرخانه - خ شهید رجب نیا - مرکز آموزشی، پزشکی و درمانی

مهدیه ۵۵۰۶۲۶۲۸

هنر شیردهی

ویژه مادران



تهیه کننده: بلوک زایمان

بازنگری نهم - ۱۴۰۴

نحوه پستان گرفتن شیرخوار



* نوک پستان را با لب شیرخوار تماس دهید.
* صبر کنید تا شیرخوار دهانش را کاملا باز کند.



* چانه شیرخوار چسبیده با پستان مادر باشد. لب پایین به طرف خارج برگشته باشد.



* نوک و قسمت بیشتری از هاله پستان در دهان شیرخوار قرار گیرد و قسمت کمی از هاله پستان در بالای لب فوقانی مشاهده می شود.

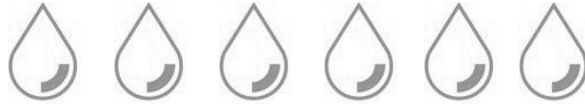
وضعیت صحیح شیرخوار هنگام شیر خوردن

* شیرخوار باید طوری در آغوش شما قرار گیرد که سرش در زاویه آرنج قرار بگیرد.

* سر و بدن شیرخوار باید در امتداد یک خط مستقیم قرار بگیرد.

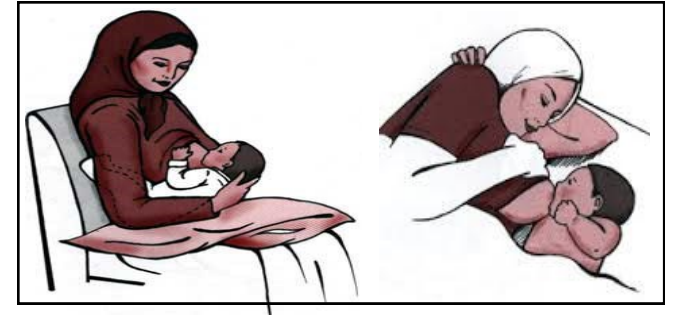
* صورت کودک باید روبروی پستان و بینی او مقابل نوک پستان باشد.

* شما باید تمامی بدن کودک را در آغوش گرفته و در تماس نزدیک با خود قرار دهید.



وضعیت صحیح مادر هنگام شیردهی

* وضع و حالت خود را در جای مناسب و راحتی انتخاب کنید. شانه و گردن شما باید راحت باشد. بالشی را در پشت چه در حالت خوابیده و چه در حالت نشسته قرار دهید.



* اگر روی صندلی یا مبل نشسته اید چهارپایه ای زیر پای خود قرار دهید.

* پستان باید به گونه ای در دست قرار گیرد که انگشت شست در بالا و چهار انگشت زیر پستان باشد.