

مزایای شیر مادر

پس از تولد نوزاد را روی سینه مادر در تماس پوست با پوست قرار دهید و ظرف یک ساعت پس از تولد شیردهی را آغاز کند

مهمترین عامل در افزایش شیر مادر در مکیدن مکرر و تخلیه مرتب پستان ها بر حسب میل شیر خوار است

شیر خوار ۸ تا ۱۲ بار در شبانه روز شیر می خورد

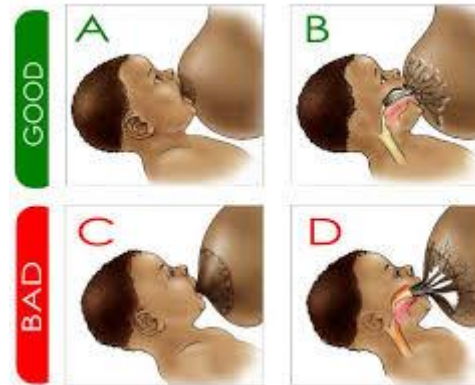
شیردهی شبانه برای تولید کافی شیر و پیشگیری از باروری اهمیت دارد

برای چند هفته اول تولد توصیه می شود که فرزند خود را برای شیردهی حداقل هر ۲ تا ۳ ساعت یک بار بیدار کنید و شیر بدهید.

تشخیص کافی بودن شیر مادر

بهترین راه تشخیص کافی بودن شیر مادر افزایش وزن شیرخوار بر اساس منحنی رشد است اگر بخواهید متوجه این موضوع شوید توجه به ادرار و مدفوع نوزاد است .

از ۵ روزگی تا ۶ الی ۸ هفتگی باید ۵ تا ۶ بار خود را خیس کند و در هر ۲۴ ساعت یک الی ۴ بار مدفوع داشته باشد



برخی مزایای شیر مادر آغوز یا شیر که در

روز های اول تولد که زرد

رنگ و غلیظ است بسیار مغذی و حاوی مواد مفید و ارزنده ای میباشد که اولین و بهترین واکسن برای حفاظت کودک علیه بیماریهای عفونی است.

ضریب هوشی در کودکان شیر خوار بالاتر است

شیر مادر بسیار سهل الهضم است و شیر خوارزود به زود گرسنه می شود

شیر مادر همیشه گرم و تمیز و در دسترس است

کودکی که با شیر مادر تغذیه می شود کمتر به ناهنجاریهای فک و جای رویش دندان ها می شود

شیر مادر نیازهای غذایی شیرخوار را تا ۶ ماه اول زندگی تامین میکند و حتی نیاز به اب ندارد



بیمارستان شهید محمد منتظری

مزایای شیر مادرو

شیردهی صحیح



تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۰۲/۲۰

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۴/۰۹/۲۸

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۲۸

کد: ۳۱۴.MH.BR.PE.OBE

واحد آموزش به بیمار

ارنج قرار گیرد
دست دیگر را زیر پستان بگذارد به طوری
که انگشت شصت روی پستان و انگشتان
دیگر زیر پستان باشد
هاله قهوه‌ای رنگ پستان باید در دهان
نوزاد قرار گیرد
چانه کودک به پستان چسبیده و لب پایینی
او به طرف بیرون بر گشته و صدای قورت
دادن شیر به خوبی شنیده میشود



تغذیه با شیر مادر باعث افزایش رابطه
عاطفی بین مادر و فرزند می شود
احتمال ابتلا به اسم و الرژی و درد
گوش و ناراحتی گوارشی کمتر می شود .



وضعیت صحیح شیردهی
شانه و گردن مادر باید آزاد و راحت باشد
در حالت دراز کش یا نشسته در هنگام
شیر دادن سر نوزاد در گودی