

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

آشنایی با وسایل و ابزار کمکی مورد استفاده در مشکلات پستانی

اگرچه تغذیه با شیر مادر فرآیندی ساده و طبیعی است اما برای موفقیت در شیردهی مادران نیاز مند داشتن آگاهی کافی، کسب مهارت لازم و حمایت همه جانبه هستند تا بتوانند بر مشکلات دوران شیردهی غلبه کرده و در امر تغذیه شیرخوار با شیر خود موفق شوند. یکی از این آموزش ها شناختن وسایل کمک شیردهی است. فناوری تغذیه با شیر مادر با وسایل کمکی یعنی انواع شیردوش ها، محافظ نوک پستان و یا هر وسیله و روشی که بتواند در حمایت از شروع شیردهی و یا استمرار آن مفید باشد، اطلاق می شود. این روش ها برای شیرخواری که قادر به مکیدن پستان نیست یا تمایلی به این کار ندارد مورد استفاده قرار می گیرد.

Oral feeding

Baby-led ▶

- که شیرخوار در مقدار و مدت تغذیه شرکت نموده و مقدار شیر دریافتی و مدت زمان شیر خوردن تحت کنترل خود شیرخوار می باشد.
- شامل تغذیه مستقیم از پستان مادر (breastfeeding) و یا استفاد از فنجان (cup) می باشد .

Carer led ▶

- ▶ که در این مورد شیرخوار هیچ اختیاری در مقدار و فواصل تغذیه نداشته و همچنین روی کنترلی روی آن ندارد.
- شامل:
- لوله (Tube)، سرنگ (Syringe)، قطره چکان (dropper)، قاشق (Spoon) ، شیشه شیر (Bottle)

ULTRATHIN NIPPLE SHIELDS

Nipple shield یک پوشش سیلکونی بسیار ظریف و انعطاف پذیر می باشد.



Nipple shield با یک بخش برش داده شده به شیرخوار کمک میکند که با پوست و بوی

مادر خود در تماس باشد.

nipple shield (محافظ پستان)

▶ محافظ نوک پستان اغلب در نوزادان رسیده برای کمک به مشکلات پستان استفاده می شدند که ناشی از نوک صاف یا فرورفته ، فرنولوم کوتاه ، دردناک بودن نوک پستان و یا جلوگیری از انتقال عفونت های پستان و آرنول بود

▶ در نوزادان اواخر نارسایی می تواند به دلایل مشابه استفاده شوند ولی اغلب به سه دلیل در این نوزادان از محافظ پستان استفاده می شود

اندیکاسیون های استفاده از محافظ پستان سلیکونی جهت شیرخواران Late preterm

1. کمک به کاهش قدرت مکش لازم درانتقال شیر یا آغوز (کاهش فضای مرده دهان)

از آن جایی که بالشتک های چربی تابعد از هفته ی ۳۷ بارداری تشکیل نمی شوند، به دلیل نبود این بالشتک ها در گونه ی نوزادان **late preterm** بخش بزرگی از دهان و گونه های این شیرخواران ناکارآمد و به صورت فضای مرده باقی می ماند، که در این صورت استفاده از **nipple shield** باعث کمک به پرکردن این فضا و کاهش فضای مرده می شود که در نهایت باعث می شود که شیردهی با انرژی کمتری انجام شود.

اندیکاسیون های استفاده از محافظ پستان سلیکونی جهت شیرخواران

Late preterm

۲- کاهش جریان شیر بیش از حد توان نوزاد

یکی دیگر از موارد استفاده ی مفید از nipple shield برای نوزادان late preterm: کمک به کنترل سرعت جریان شیراز پستان مادرمی شود .

باعث کنترل جریان شیر در مادرانی که رفلکس جهش شیر قوی دارند شده و باعث کاهش استرس و حفظ انرژی نوزاد میشود

اندیکاسیون های استفاده از محافظ پستان سلیکونی جهت شیرخواران

Late preterm

۳. محرکی برای تشویق نوزاد برای شروع وادامه مکیدن

سومین علت استفاده از nipple shield برای نوزادان late preterm جهت کمک به داشتن الگوی پایدار و مکرر ساکینگ در شیرخوار می باشد.

❖ غلاف میلین تا هفته ی ۳۶ بارداری هنوز متکامل نشده است و در نتیجه حرکات ارادی نوزاد در این سن کم می باشد

• از آن جایی که بافت سینه ی مادر بسیار نرم و انعطاف پذیر است، ممکن است که نتواند ایمپالس های به اندازه ی کافی قوی و موثر جهت تشویق ساکینگ به مغز نوزاد ایجاد کند.

• احساس سفتی حاصل از nipple shield و بخش سفتی از آن که با زبان و سقف دهان شیرخوار برخورد می کند باعث ایجاد ایمپالس های هرچه بیشتر و موثرتر به مغز شیرخوار می شود که در نتیجه ما شاهد افزایش تحریک ساکینگ و ایجاد ساکینگ های قوی خواهیم شد.

سه نکته مهم در استفاده از محافظ پستان :

استفاده در جای درست

استفاده به شیوه درست

انتخاب اندازه و جنس مناسب

Nipple shield options

سایز های متفاوت nipple shield (16-mm, 20-mm, and 24-mm sizes) ▶

- اگر که سایز مناسب استفاده نشود;
• باعث ایجاد اختلال در جریان شیر، افزایش درد نیپل و احتمال ترومای نیپل می شود و همچنین شیرخوار ممکن است، مقدار زیادی انرژی برای برقراری جریان شیر صرف کند که خود باعث خستگی و کاهش وزن او می گردد.
- اگر nipple shield بیش از حد بزرگ باشد ممکن است که **latch on** موثر و عمیق به خوبی صورت نگیرد.
- اگر nipple shield خیلی کوچک باشد، ممکن است که فضای کافی جهت قرار گرفتن نیپل را نداشته باشد و نیپل به خوبی در آن جا نگیرد و این مسئله باعث می شود که مقدار کافی از بافت سینه که لازمه ی **latch on** موثر می باشد در دسترس قرار نگیرد، که خود باعث کاهش مقدار جریان شیر و افزایش درد نیپل شود.

توصیه می شود برای نوزادان اواخر نارسایی از نازک ترین نوع سلیکون استفاده شود و از محافظ های نوک پستان غیر سلیکونی و یا ضخیم پرهیز شود .

معمولی با لبه های کاملاً گرد



تماسی با لبه بریده شده

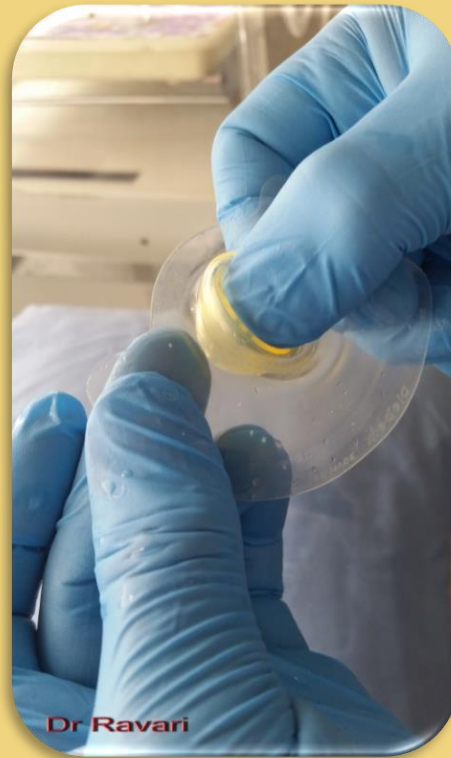


استفاده از Nipple shield

۱. باید آن را با آب گرم و آب صابون شست و شو داد و سپس با آب گرم شست.



استفاده از Nipple shield



ابتدا قسمتی را که روی نیپل قرار می گیرد با کمک انگشت شست خود در حالی که دو طرف آن رو با انگشتان هر دو دست خود نگه داشت اید به داخل فشار دهید.
و سپس در نیمه ی راه نوک نیپل را در آن جا دهید.

استفاده از Nipple shield



۴. قسمت برجسته (نوک) nipple shield را روی نیپل متمرکز کنید و سپس به آرامی به سمت سینه هل دهید تا به خوبی به سینه ی مادر چسبانده شود.

استفاده از Nipple shield



۵. هنگامی که به آرامی به سمت سینه ی مادر فشار می دهید، یک انگشت از هر دست را به عنوان پل و یا تکیه گاه بین نیپل و قسمتی از nipple shield جا دهید.

برداشتن nipple shield از روی سینه ی مادر



**Optimal attachment technique during the
use of a nipple shield**



یک تکنیک نادرست attachment می تواند باعث آسیب و
ترومای نیپل گردد.



یک نشانه ی **breastfeeding** خوب، وجود مقداری شیر در **nipple shield** و شیرخوار آرام و راضی می باشد.





ALTERNATIVE METHOD OF BREASTFEEDING

روش های جایگزین تغذیه مستقیم با پستان مادر

تجویز مکمل در نوزادان اواخر نارسایی

واژه مکمل مربوط به دادن شیر اضافی بجز چیزی است که نوزاد به تنهایی از پستان دریافت می کند مکمل ممکن است برای افزایش دریافت شیر استفاده شود یا برای افزایش غنی سازی شیری که نوزاد دریافت می کند باشد . مکمل می تواند به صورت شیر دوشیده شده از خود مادر، شیر پاستوریزه شده دایه ، شیر غنی شده و یا شیر مصنوعی باشد

تغذیه ی نوزادان **low-birth-weight**

- سن حاملگی ۳۲ هفته:
- توانایی شروع تغذیه با شیر مادر (**breastfeeding**) را دارد.
- ۳۰ تا ۳۲ هفته:
- می تواند تغذیه را با **cup** و یا قاشق (**spoon**) آغاز کند.
- کمتر از ۳۰ هفته:
- معمولاً نیاز دارد که تغذیه با لوله (**tube**) را در بیمارستان شروع کند.

تغذیه با شیر مادر (breastfeeding) نه تنها نیاز به توانایی
ساکینگ و رفلکس بلعیدن نرمال در شیرخوار دارد بلکه نیازمند
توانایی هماهنگی بین ساکینگ و بلعیدن و تنفس نیز می باشد؛ که
این توانایی و قابلیت در حدود هفته ی ۳۲ حاملگی ایجاد می شود.

Droppers

- ▶ به عنوان یه روش کمکی و تکمیلی تغذیه می باشد.
- ▶ به طور موقت باعث کمک به تنظیم (سازماندهی) ساکینگ می شود.
- ▶ مزایا:
 - جلوگیری از استفاده ی نیپل مصنوعی مثل (شیشه شیر)
 - ارزان قیمت و به طور گسترده ای در دسترس بودن
 - استفاده ی آسان و آسان جهت آموزش به والدین
 - ممکن است شیر خوار به تغذیه با شیر مادر (**breastfeeding**) مشتاق تر شود، چرا که هنوز از طریق ساکینگ نیاز تغذیه ایی شیرخوار تامین نشده است

Droppers

▶ معایب:

- سختی تمیز کردن
- باید به طور پیوسته پر شود
- نوزاد ساکینگ را یاد نمی گیرد مگر اینکه، همزمان و به همراه تغذیه با انگشت (finger feeding) صورت بگیرد.
- اتلاف وقت

▶ تکنیک:

- در گوشه ایی از دهان شیرخوار هنگامی که **latch on** صورت گرفته است، گذاشته شود.
- برای شروع کردن ساکینگ و بلع می توان یک یا دو قطره را روی زبان نوزاد گذاشت.
- اگر از انگشت (finger) استفاده می شود باید، قطره چکان را در راستا و امتداد انگشتی که در دهان نوزاد است قرار داد.

spoons



مزایا: ▶

- عدم استفاده ی نیپل مصنوعی
- ارزان قیمت بودن و دسترسی آسان
- آسان جهت استفاده و آموزش والدین
- مناسب جهت استفاده ی مقادیر خیلی کم شیر همچون آغوز (colostrum)
- ممکن است شیر خوار به تغذیه با شیر مادر (breastfeeding) مشتاق تر شود، چرا که هنوز از طریق ساکینگ نیاز تغذیه ایی شیرخوار تامین نشده است

تکنیک تغذیه با قاشق (spoon feeding)

▶ باید مواظب رفلکس بلعیدن نوزاد باشیم

▶ نوزاد را باید در پوزیشن نیمه نشسته (semi-upright) قرار داد.

▶ باید قاشق را دقیقا داخل لب نوزاد روی زبان او قرار داد.

▶ باید به نوزاد اجازه داد تا با ذره ذره خوردن سرعت شیر خوردن را تنظیم کند.

▶ اجتناب از ریختن شیر در درون دهان نوزاد.

تغذیه با سرنگ (Syringes)

- مادر می تواند آغوز (colostrum) خود را مستقیماً از سینه ی خود در سرنگ معمولی (1ml، 2ml و یا 5ml) ریخته به نوزاد خود دهد.
- تغذیه ی کمکی و حمایتی می باشد.



Finger-feeding with a periodontal syringe

سرنگ پریودنتال (Periodontal syringe 10ml)

نوڪ يا سرمنحنى



انجام تغذیه همزمان با تمرین ساکینگ بانگشت
استفاده برای تغذیه دهانی نوزادانی که به CPAP وصل هستند



Cup Feeding

زمانی که **Breastfeeding** به تنهایی نمی تواند به طور کامل تامین کننده ی نیاز
تغذیه ایی شیر خوار باشد، یکی دیگر از روش های **Oral**

feeding

تغذیه با **cup** می باشد.

▶ از فنجان (CUP) برای نوزادانی استفاده می شود که;

قادر به بلعیدن هستند اما ساکینگ موثر جهت تغذیه ی کامل از طریق **Breastfeeding** ندارند

در واقع ممکن است که به خوبی سینه ی مادر را نگیرد، یا خیلی زود سینه ی

مادر را رها کند و یا اینکه ساکینگ کوتاهی داشته باشد در نتیجه قبل از

اینکه به مقدار کافی و اصلی شیر برسد خیلی زود خسته می شود.

▶ اکثر اوقات برای نوزادان 30-32 می توان از فنجان جهت تغذیه استفاده کرد.



موارد استفاده Cup

- ▶ زمانی که مادر بیمار و از فرزند خود جدا باشد.
- ▶ شیرخوار سینه را نمی گیرد و **latch on** صورت نمی گیرد.
- ▶ آسیب و زخم بودن نیپل
- ▶ جهت استفاده برای نوزادان ترم و پره ترم به منظور جلوگیری از استفاده ی شیشه شیر
- ▶ نوزادان پره ترم که نمی توانند از طریق **Breastfeeding** به اندازه ی کافی تغذیه شوند.
- ▶ جهت تغییر شیوه ی تغذیه ی نوزاد از **gastric tub or bottle** به سینه ی مادر
- ▶ به عنوان تغذیه ی تکمیلی

مزایای Cup feeding

- ▶ در این روش به علت ارتباط چشم با چشم (eye contact) شیر خوار با مادر بسیار مطلوب تر می باشد.
- ▶ اجتناب از به کار بردن نیپل مصنوعی
- ▶ به نوزاد اجازه می دهد که استفاده از زبان خود جهت شیر خوردن را یاد بگیرد، او زبان خود را برای خوردن شیر از فنجان (CUP) جلو می آورد و همچنین مزه کردن را یاد می گیرد.
- ▶ باعث تحریک عمل هضم (digestion) در نوزاد می شود.
- ▶ باعث تشویق شیرخوار به هماهنگی بین ساکینگ و بلعیدن و تنفس می شود.
- ▶ به نوزاد اجازه داده که شود که روی مقدار تغذیه ی خود کنترل داشته باشد.
- ▶ تمیز نگه داشتن فنجان (CUP) خیلی راحت تر از شیشه شیر می باشد.
- ▶ آسان جهت استفاده و آموزش به والدین
- ▶ باعث کاهش بروز همزمان آپنه و تاکی کاردی ناشی از تغیه با شیشه شیر در نوزادان پره ترم می شود.
- ▶ باعث وزن گیری خوب و سریع در نوزادان نارس می شود.

بهترین راه یادگیری تغذیه با فنجان دیدن و سپس انجام دادن آن می باشد.

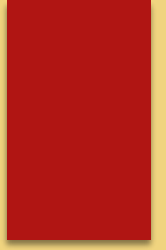


- ▶ شیرخوار باید در حالت آرام وهوشیار (بیدار) باشد.
- ▶ نوزاد را باید تقریبا در وضعیت عمودی در آغوش خود بگیرید.
- ▶ دست خود را به گونه ای بگیرید که باعث تکان ناگهانی فنجان نگردد.
- ▶ کمر، پشت و سروگردن نوزاد را با دستان خود خوب حمایت کنید.
- ▶ فنجان کوچک (حدود 30CC، تقریبا تا نصفه) را در کنار لب نوزاد قرار دهید.
- ▶ لبه یا دیواره ی فنجان را روی لب پایینی نوزاد قرار دهید.
- ▶ به لب پایینی نوزاد فشار نیاورید.
- ▶ فنجان را به گونه ای که فقط لب شیرخوار به شیر برسد سرازیر کنید.
- ▶ زمانی که نوزاد خوردن خود را متوقف می کند فنجان را باید در همان پوزیشن قبلی قرار دهید.
- ▶ زمانی که شیرخوار سیر شد، دهان خود را بسته و از خوردن بیشتر امتناع می کند.





Dr Ravari





اجتناب از به کار بردن شیشه شیر و پستانک



ابزار مورد استفاده در تغذیه با Tube

- ✓ **Supplementary Nursing System (SNS)**
- ✓ **Finger Feeding**
- ✓ **Tube-feeding**

SNS

بهترین روش برای رسانیدن مکمل به نوزادان اواخر نارسایی است
تنها روش تغذیه ای در دادن مکمل هست که اجازه تماس پوست با پوست مادر
و نوزاد را میدهد

سبب افزایش شیر مادر میشود و کارایی خروج شیر از پستان را افزایش میدهد
به نوزاد اجازه میدهد همزمان با دریافت مکمل مستقیماً از پستان مادر شیر بخورد
باعث تشویق ساکینگ نوزاد میشود

از اتلاف وقت جلوگیری میشود (در مدت ۲۰ الی ۳۰ دقیقه مکمل به نوزاد میرسد)
باعث کاهش میزان اتلاف انرژی در نوزادان میشود
نیاز به تغذیه سه گانه را کاهش میدهد

بهبتر است از لوله شماره ۵ برای این کار استفاده شود بخصوص اگر استفاده از مکمل برای مدت زمان بیشتری ضرورت داشته باشد زیرا:

هم ارزان است و در دسترس
کنترل جریان شیر با آن آسان است



ولیکن :

ممکن است در نوزادانی که قادر نیستند به اندازه کافی و با قدرت پستان را بکنند انتقال شیر از این روش مشکل باشد که در این صورت باید از روش دیگر (فنجان) استفاده کرد

هنگامی که از این روش بدون محافظ نوک پستان استفاده میشود ممکن است نوزاد لوله را به جای پستان بگیرد

فوائد استفاده همزمان محافظ پستان و SNS

در صورتی که لوله در محافظ قرار داده شود نوزاد یاد می‌گیرد که پستان را گرفته و تنها لوله را نگیرد

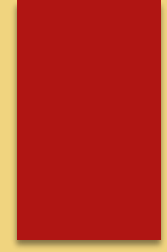
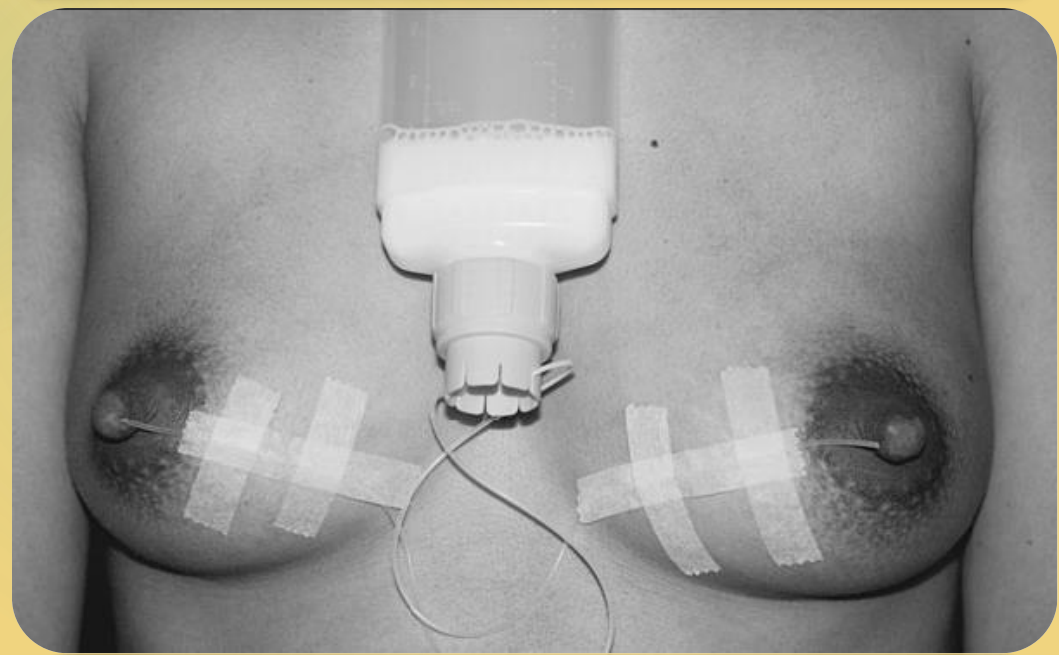
انباشته شدن مقداری شیر در درون محافظ پستان باعث میشود نوزاد تشویق شده و پیش از جاری شدن شیر مادر آغاز به مکیدن پستان نماید و ادامه تغذیه از شیر مادر را بهبود بخشد

چون محافظ به عنوان نگهدارنده لوله عمل میکند استفاده همزمان آن برای مادر راحت تر است

در صورت ازدیاد جریان شیر با خروج شیر از کناره‌های محافظ احتمال خفگی نوزاد را کاهش میدهد

احتمال خارج شدن لوله کمتر است و به نوزاد اجازه میدهد تا آخر بدون ایجاد اختلال در گرفتن پستان به مکیدن ادامه دهد







Dr Ravari



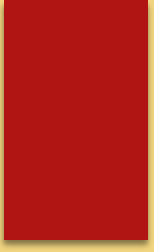
Dr Ravari



Dr Ravari



Dr Ravari



Finger Feeding

❖ اگر که نوزادی قرار است دور از سینه ی مادر تغذیه شود و

شما نمی خواهید از شیشه ی شیر استفاده کنید، بهترین گزینه استفاده از **Finger Feeding** می باشد.

پوزیشن قرار دادن Tube در Finger Feeding



Finger feeding

- ▶ جلوگیری از به کار بردن نیپل مصنوعی
- ▶ در روش **Finger feeding** به نوزاد کمک می شود که گرفتن سینه مادر را تمرین کند و یاد بگیرد;
- و درجه ی اول به نوزادی که تا کنون **Latch on** نداشته است کمک می کند تا این کار را انجام دهد.
- ▶ در شرایطی که نیپل بسیار زخم است و نمی توان در دهان شیرخوار گذاشت.

Finger feeding

Finger feeding در مقایسه با تغذیه با شیشه شیر ، بسیار شبیه **Breastfeeding** می باشد. ▶

▶ این مسئله خیلی مهم است که نوزاد تشویق شود که قبل از این که انگشت در اختیار او قرار داده شود دهان خود را به خوبی باز کند، چرا که؛

❖ از این طریق این مهارت مشابه را که در **Breastfeeding** نیز مورد نیاز است، یاد می گیرد.

▶ برخی از مشاوران شیردهی همچنین استفاده از انگشت سبابه و انگشت شست را که نزدیک به اندازه ی قطر تقریبی نیپل می باشد را پیشنهاد می کنند.

Finger-feeding با سرنگ



Tube-feeding

▶ **Tube** زمانی استفاده می شود که نوزاد:

- هنوز توانایی بلعیدن را ندارد و یا هنوز توانایی هماهنگی بین بلعیدن و تنفس را ندارد.

- و یا قبل از اینکه به مقدار کافی و اصلی شیر دسترسی پیدا کند زود خسته می شود.

▶ نوزاد می تواند در زمان استفاده از **Tube feeding** در پوزیشن کانگرویی قرار بگیرد.

KMC and Nutrition

Exclusive breastfeeding

Initially tube or cup feeding before breastfeeding is established





▶ نوزاد تازه متولد شده می تواند همزمان که شیر خوردن را از **Tube feeding** تجربه می کند و از سینه ی مادر نیز ساکینگ داشته باشد.

Breast shells

وسيله ای ست متشکل از دو قطعه ی پلاستیکی که به شکل یک فنجان یا گنبد می باشد.

کاربردها:

- جهت **evert flat or inverted nipples** خواه قبل از تولد و یا پس از زایمان
- جهت جمع آوری در موارد **leaking** شیر
- کمک به خوب بلعیدن (۲۰ دقیقه قبل از شیردهی استفاده شود)
- استفاده از **breast shell** بین دو وعده ی شیردهی کمک می کند که نیپل به طور موثر تری برجسته شود.

Breast shells



Breast shell on the breast



Reverse pressure softening تکنیک soft ring روش



Dr. Ravari
Dr. Ravari



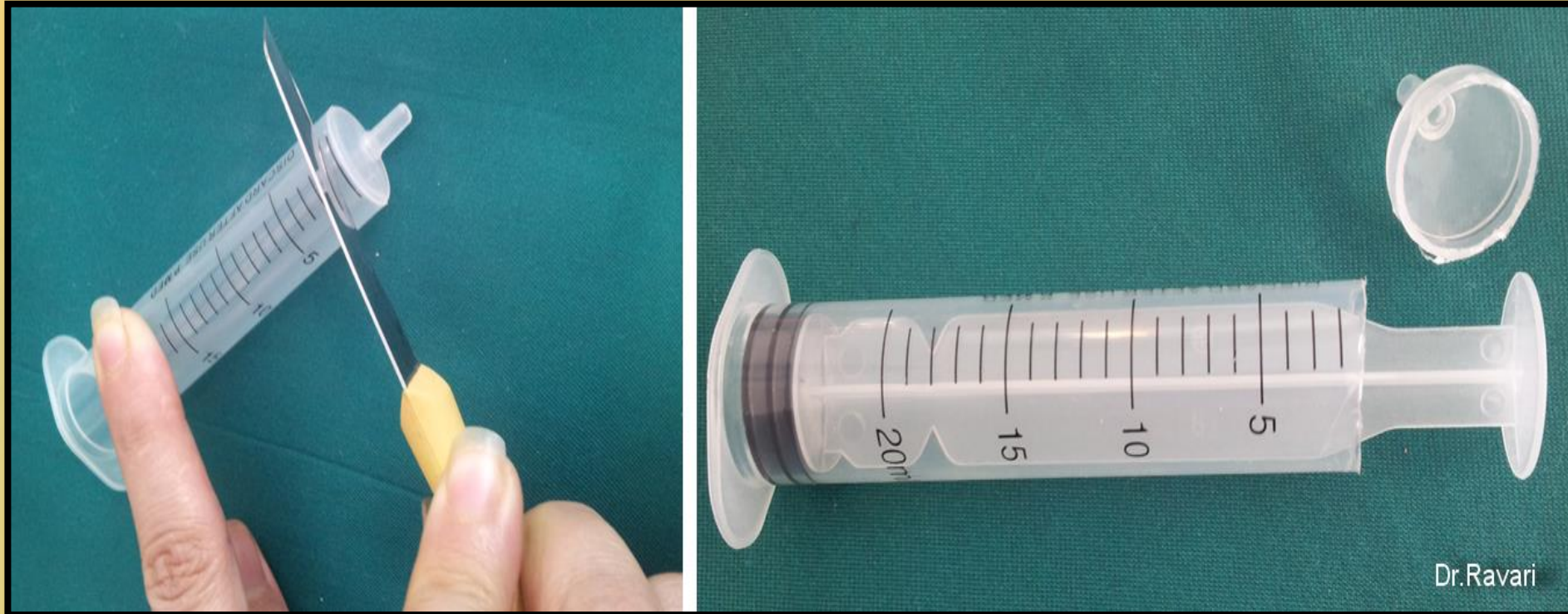
Dr. Ravari

➤ با دستان خود فشار را به طور پیوسته به مدت ۱ تا
۳ دقیقه ی کامل نگه دارید

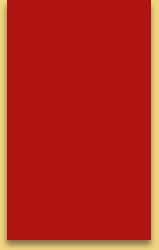
Nipple Everters



Inverted syringes



Inverted syringes



Dr.Ravari

توجه شما



با سپاس از