برگه راهنمایی جهت مادران شیرده

مادر عزیز جانانه قدیم دارید کوک کتان را با شیر خود تغذیه کنید امید است این برگه راهنمایی که مجموعه‌ای از اطلاعات جامع و پیشنهادات ضروری مخصوص هنگام اول پس از زایمان، جهت توجه آگاهی شما مشترک واقع شود. پس لازم است قبل از تخمین آنها مطالعه کنید.

مادر عزیز توجه داشته باشید که در طی هفته اول پس از زایمان مدت زمان مناسب جهت هر نوبت شیردادن به نوزاد بسی دقيقه می‌باشد. به‌هرین‌روش شیردادن این است که کوک‌هایش را مدت پنج دقیقه از پستان بپیچی پائین‌دهید و دریغی را بر روی پستان تغذیه کنید. این روش از بخواب رفتن کودک بر روی پستان و تغذیه از زاویه واحد، جلوگیری به عمل آورده و از طرف دیگر کودک را تشییع می‌کند که از دو پستان تغذیه شود. لازم به ذکر است که نویسنده دو لیوان آب در هر نوبت شیردادن تغذیه‌کننده و مناسب برای دونفر ضروری می‌باشد.

در هنگام تغذیه نوزاد پستانهای نوک پستان متنف و گردن، با این‌ربط (1) مکیدن نوزاد را توم رساندن و در سطح دهان با انگشت کوک کش خود تحریک کنید. برای از آمایش

1) Reflex

لیسانس پستاری
داشتی به‌اشتی که وجود گرما غیرطبیعی و احساس نوته‌های داده‌مانده ای سختی در پستان احتمالاً نشان‌گیری مسئله غیرطبیعی مثل انسداد مجاری شیر می‌باشد. از این گونه مواقف بی‌هر استراحت کرده و آب‌اب می‌فرآیند خصوصاً در هنگام شیردادن به کود پیش‌پیش‌آمده تا مجازی شیر باز گردید. بخاطر داشتم به‌اشتی که در چنین موقعی از نوشیدن شیر خودداری کنید، زیرا انسداد مجاری شیر را بیشتر می‌کند. از طرفی درگیری از هر وقت که کود به‌درن و درجه‌تنها و خودداری نگرد و در چنین شرایطی شیر ممکن است بصورت نه که هر چیز دریچه بزند، این شیر باید کود هیچ زبانی ندارد.

عنوان‌ها پستان‌ها می‌توانند تب، لرز و احساس نشونده به آنطلوانزا را بی‌بیند داشته باشد که در این صورت باید شک خود نماس بگیرد.

5 برای کاهش احتقان و زخم شدن نوک پستان‌ها بهتر است مدت زمان شیردادن را کم کرده و بوته‌های آن اضافه کنید. همچنین در هنگام شیردادن بپرسی وضعیت نوک پستان را دائماً عوض کنید تا در جهت‌های مختلف کشیده شود. خیس کردن نوک پستان‌ها با آب سرد در فواصل ماهی تنگی کود باعث می‌شود که نفت و در غیران صورت حادثه احساس بهتری را با آنها می‌دهد. از روش‌های دیگر، گذاشتن کیسه چشمان مارپیچ(1) در سینه‌بند به مدت 10 تا 15 دقیقه در کنار دسته‌ای پس از شیردادن می‌باشد. زیرا اسید تانسی موجود در چانه به پیوست و استحکام نوک پستان‌ها کمک خواهد کرد.

6 مدت زمان شیردادن را به سرعت هضم کرده و تکریباً بعد از 90 دقیقه خالی می‌گردد. بنابراین بنا به نواده‌ها بعد از این مدت کرده کند استحصال غم‌شدن می‌باشد. در بعضی مواقع بدون وجود هیچ نوع اشكالی کود سروصد و گیره می‌کند و همچنین نشانه‌های تازه‌تری در نواده‌ها و آرام کرده. در این گونه مواقع لازم است وی را در آتشش بگیرید و با یک میوه با استفاده از آن استفاده کند. این توجه داشته باشد که گیاهان نیز انسان محسوس و برای برج变异 کردن فشارهای وارده نیاز به گردند دارد.

7 از کم‌مان آمایم برای بهبود در درمان درمانی که نسبت به شک و جای جدیدی نوک پستان در بن‌برمان کود ک، قبلاً شیردادن بهتر است پستان‌ها با دست دویده شود. توجه

1) Nodules
2) Tea Bag

61
صرعت برخی علل‌های نظیر قلب‌خستگی، آن ممکن است
که بتواند موجب احساسگرینشگی کنند. این پدیده
باید به غیر اصولی 3 تا 5 روز و در ابتدا به همراه دو
سپس در فاصله شش من روز خوبی کرد. مادر عزیز،
جهانچی اغلب واکنش به کودک چنین احساس خستگی به
باشند و آن‌ها شاید حادثه داشت نیازهای کودک را رفع
سازد. در فاصله هر سه تا چهار پس از زایمان، پستانها
شما حالتی و احساس طبیعی خود را به دست می‌آورند، این
امرأطیمی به‌ترین تصویر کاهش و قطع شیر را ایجاد کرده و
تغذیه با شیر خشک شروع شود، اما کودک پس از چند
شهروز نیاز می‌باشد به مادر، داشتن داشته باشند.
نتیجه تراویش شیر از پستانها منتفی خواهد شد.

برخی از کودکان در هنگام خوردن شیر گریزه کرده و
در نتیجه از خوردن آن امتناع می‌کنند. یک کودک سالم
پیش از اینکه دارد را از خوردن شیر دست نمی‌کشد، با این
چنین کودک شما از خوردن شیر امتناع ورزید به پزشک
اطفال اطلاع دهد.

بعد از اتمام شیردادن کمک کنید تا هواي بلعیده شده.

منبع مطالعه:

"Information Sheet for Nursing Mothers", R.N. April, 1984, P:84.
Information sheet for nourishing mothers

Translator: Ghaemmaghami Akram

This information sheet contains the necessary information to educate mothers in the early weeks after delivery. So in a relaxed opportunity to read it. If you plan to feed your baby by breast feeding, it is necessary to read it prior to discharge from hospital. Note that the duration of breast feeding in the first weeks after the labor is 20 minutes. The best way for breastfeeding is to give the child milk from one breast for 5 minutes and in the remaining 15 minutes to give from the other breast. This will prevent to fall asleep child on the breast and will prevent to breastfeeding from single breast.

key word: Information sheet, nourishing mothers, infant