

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

موضوع: تماس پوست با پوست در یک ساعت اول پس از تولد

مریم مجیدی

کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر

آزمایشگاه - 1399

10 اقدام برای تغذیه موفق با شیر مادر :

- 1) سیاست مدون ترویج تغذیه با شیر مادر در معرض دید کارکنان نصب و به آنها ابلاغ شده باشد و برای اطمینان از ارتقا کیفیت خدمات ، به طور مستمر توسط کمیته بیمارستانی ترویج تغذیه با شیر مادر پایش شود.
- 2) کلیه کارکنان به منظور کسب مهارت های لازم برای اجرای این سیاست ، آموزش های قبل از خدمت و مکرر حین خدمت ببینند.
- 3) مادران باردار را در زمینه مزایای تغذیه با شیر مادر؛ چگونگی شیردهی و تداوم آن ؛ عوارض تغذیه مصنوعی؛ بطری و گول زنک آموزش دهند.
- 4) به مادران کمک کنند تا تماس پوست با پوست را از لحظه تولد و تغذیه نوزاد با شیرمادر رادرساعت اول تولد شروع کنند ودر کلیه بخش ها برنامه تجویز دارو و انجام آزمایشات و اعمال جراحی به گونه ای طراحی گردد که اختلال در تغذیه از پستان مادر ایجاد نشود.
- 5) به مادران روش تغذیه با شیر مادر و چگونگی حفظ و تداوم شیردهی را نشان دهند و برای حل مشکلات شیردهی کمک و حمایت کنند.
- 6) به شیرخواران سالم در 6 ماه اول عمر به جز شیرمادر و قطره ویتامین هیچ گونه غذا و مایعات دیگر ندهند.
- 7) برنامه هم اتاقی مادر و شیرخوار را در طول شبانه روز اجرا کنند و در بخش های اطفال تسهیلات لازم برای اقامت شبانه روزی مادران و نیازهای فیزیکی و عاطفی را تامین نمایند.
- 8) مادران رابه تغذیه برحسب میل و تقاضای شیرخوار با شیر مادر تشویق؛کمک و حمایت کند.
- 9) مطلقا از بطری و پستانک استفاده نکنند.
- 10) تشکیل گروه های حمایت از مادران شیرده را پیگیری نمایند و اطلاعاتی در مورد گروه های حامی و مراکز مشاوره شیردهی در اختیار والدین قرار دهند.

مزایای تماس پوست با پوست:

- 1- برقراری رابطه عاطفی بین مادر و نوزاد
- 2- گرم نگه داشتن کودک
- 3- شروعی خوب برای تغذیه با شیرمادر
- 4- تنظیم ضربان قلب و تنفس
- 5- آرام کردن کودک
- 6- تشویق تغذیه با شیرمادر براساس میل و تقاضای شیرخوار

در حین انجام تماس پوست با پوست می بایست:

- زیر سر مادر بالش قرار داده شود تا تماس چشمی بین مادر و نوزاد برقرار شود
- اقداماتی نظیر قد و وزن و تزریق ویتامین K می بایست پس از برقراری تماس پوست با پوست انجام شود.
- ارزیابی تنفس و رنگ نوزاد در حین انجام تماس پوست با پوست
- محافظت از نوزاد و جلوگیری از سقوط نوزاد
- عدم استفاده روتین از وارمر

تغذیه با شیر مادر و کووید 19

این ویروس تاکنون در شیرمادر مبتلا و مشکوک به کووید مشاهده نشده است.

تماس پوست با پوست و شیردهی در این مادران منعی ندارد.

مادر باید قبل از شیردهی دست های خود را بشوید و در حین شیردهی از ماسک استفاده کند.

اگر مادر مبتلا و مشکوک به کووید به تازگی بر روی پستان یا قفسه سینه خود سرفه کرده باشد

باید قبل از تغذیه کودک ؛ پستان خو را به آرامی با آب و صابون حداقل به مدت 20 ثانیه بشوید

شستشوی روتین پستان ؛ قبل از هربار تغذیه کودک با پستان مادر یا دوشیدن شیر مادر ضرورتی

ندارد.