



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان شهدای سلامت نی ریز

احتقان پستان (تجمع شیر در پستان)

تاریخ تهیه: بهار 1401

تاریخ بازنگری بعدی: بهار 1404

تهیه کننده: شهناز بنان (کارشناس پرستاری)

تا بید کننده: خانم دکتر مرضیه پویان متخصص زنان و زایمان

منبع: داخلی جراحی برونر - سوارث 2016



احتقان پستان (تجمع شیر در پستان)

کمی بعد از زایمان ، شبکه عروقی پستان افزایش می یابد و تولید شیر هم به تدریج زیاد می شود به طوری که تا روز سوم بعد از زایمان شیر به مقدار فراوان ترشح می شود. این دو عامل باعث می شود که پستان در لمس ، قوام محکم تا سفت داشته و دردناک و گرم باشد اگر شیرخوار از موقع تولد به طور مکرر از پستان مادر شیر بخورد احتمال بروز احتقان کمتر می شود

علل:

- * تورم پستان ها
- * براق بودن پوست روی پستان ها
- * پهن به نظر رسیدن نوک پستان

عوارض:

گرفتن پستان در جنین شرایطی برای شیرخوار بسیار مشکل می شود لذا ممکن است نوک پستان زخم و عدم تخلیه پستان سبب تجمع شیر در پستان شود. احتقان اگر درمان نشود ممکن است به علت ایجاد فشار ، سبب اختلال در شیردهی می شود.

درمان:

به مادر توصیه می شود:

به طور مکرر و نامحدود (هر 1 تا 3 ساعت) شیر بدهد تا پستان ها به خوبی تخلیه شوند. قبل هر بار شیردهی مقداری از شیر را بدوشید تا سینه نرم شود. همچنین شیرخوار را به طور صحیح به پستان بگذارد که پستان ها به خوبی تخلیه شود و از زخم نوک پستان جلوگیری شود. قبل از دوشیدن یا شیر دادن به کودک به مدت بیست دقیقه کیسه آب گرم روی پستان خود بگذارد تا جریان شیر و رگ کردن پستان فعال شود. به نوزاد بر حسب تقاضای شیرخوار شیر بدهد. اجازه دهد که شیرخوار از پستان اول انقدر تغذیه کند تا سیر شود و خودش انرا رها

کند. در صورت نیاز شیرخوار را جهت شیر خوردن از خواب بیدار کند. شیردهی را از پستان پر شروع کند. در موقع شیر دادن پستان را به طرف نوک آن ماساژ دهد. بعد از هر نوبت شیر دادن به مدت بیست دقیقه کیسه آب سرد روی پستان خود بگذارد. ماساژ ملایم پستان با دست و دوشیدن مقدار کمی شیر ممکن است به تسکین درد کمک کند. مادر نباید از سینه‌بند سفت و تنگ استفاده نماید. سینه‌بند با اندازه کمی بزرگ‌تر و راحت‌تر توصیه می‌شود.

گاهی در عده‌ای از خانم‌ها تخلیه کامل هر دو پستان با پمپ برقی احتقان سینه را بهبود می‌بخشد. اگر احتقان شدید و تمام اقدامات جهت تسکین آن بی اثر باشد. مادر می‌تواند دوش آب گرم بگیرد و به آرامی نواحی مختلف پستان را زیر آب گرم ماساژ دهد. این کار باعث شل شدن نوک و بافت پستان می‌شود. در جایی که سایر روش‌ها ممکن است غیر قابل تحمل باشند این روش اغلب مؤثر و بدون درد می‌باشد.

و خلا ملایم ایجاد شده اجازه می‌دهد که بدون آسیب رساندن به پستان و نوک آن شیر جریان پیدا می‌کند. مادر باید توجه داشته باشد که امکان استفاده از داروهای ضد درد و مسکن غیر خواب‌آور را با نظر پزشک دارد. * توجه:

در صورت داشتن هرگونه سؤال و مشکل با زایشگاه یا به صورت حضوری به درمانگاه‌های سطح شهر مراجعه نمایید.



در مواردی که امکان دسترسی به دوش آب گرم یا پمپ برقی نیست می‌توان برای تخلیه پستان‌ها از بطری با دهانه گشاد استفاده کرد. ابتدا یک بطری شبیه بطری شیر پاستوریزه را با آب داغ پر نموده و کمی بعد آنرا خالی کند. سپس دهانه آنرا خنک کرده و به پستان بگذارد. گرما

وب سایت : neynithp.aums.ac.ir
شماره تماس : 0262-11104
پورتال : 0262-11104



با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه می‌توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید.

