



مراقبت از تغذیه نوزادان

مقدمه

نوزاد می‌شود) سپس با دست دیگر بارامی به پشت نوزاد ضربه بزنید.

■ روش دیگر آن است که نوزاد خود را روی شکم در آغوشتان بخوابانید، دقت کنید که سر نوزادتان را در این وضعیت حتماً مراقبت نمایید و توجه داشته باشید که سر نوزاد از سطح سینه‌اش بالاتر باشد و بعد آرام به پشت نوزاد ضربه بزنید.

توجه به این نکته لازم است که اگر نوزاد شما از سینه تان شیر می‌خورد بعد از هر بار عوض کردن پستان آروغ نوزاد را بگیرید. اما اگر با شیشه شیر می‌خورد بعد از هر ۶۰ تا ۹۰ سی‌سی شیر که می‌خورد آروغ نوزاد را بگیرید.

■ اگر شما چند دقیقه سعی کردید و نوزادتان آروغ نزد وضعیت نوزادتان را عوض کنید و چند دقیقه دیگر سعی کنید تا نوزاد آروغ بزند.

■ نکته‌ی مهم دیگر اینکه اگر نوزاد در تمام طول تغذیه بیقرار است یا نفخ کرده یا مرتب برگشت غذا از معده به مری دارد بهتر است بعد از هر ۵ دقیقه که با پستان شیر خورد آروغ وی را بگیرید.



گروه‌های هدف این متن آموزشی

- مادران نوزادان
- کارشناس
- بهورز

منابع استفاده شده در تهیه این متن آموزشی

- برگرفته از سایت وزارت بهداشت و درمان

آگاهی از نحوه‌ی تغذیه و شیردهی نوزاد و کودکان در سنین و مراحل مختلف رشد کمک می‌کند تا مادران و خانواده‌ها بهتر بتوانند گام‌های صحیح تغذیه و مراقبت را برداشته و کودکی سالم را پرورش دهند.

آروغ زدن

آروغ زدن یعنی کمک به شیرخوار جهت خروج هوای معده که در حین شیر خوردن بلعیده شده و در معده تجمع یافته است.

تجمع هوا در معده سبب نفخ شکم و در نتیجه بیقراری نوزاد می‌شود یا گاهی نوزادان ترشحاتی را به شکل آب دهان از دهان خارج می‌کنند. این مشکلات ضرورت آروغ زدن نوزاد را نشان می‌دهد.

جهت کمک به نوزاد برای آروغ زدن می‌بایست به چند نکته‌ی زیر توجه نمود:

■ از ضربات آهسته و مداوم و یا ماساژ پشت نوزاد استفاده کنید و به هیچ وجه ضربات محکم به پشت او وارد نکنید.

■ درضمن برای اینکه ترشحات خروجی از دهان نوزاد در هنگام آروغ زدن تمیز شود از یک حوله یا یک پیش بند نخی در زیر چانه‌ی وی یا انداختن یک پارچه روی شانه‌ی خود زیر دهان نوزاد استفاده نمایید.

■ روی یک صندلی بنشینید، چانه‌ی نوزاد را روی شانه خود قرار دهید و حتماً قسمت سر و پشت نوزاد را با یک دست نگه دارید و با دست دیگر تان برای ماساژ پشت نوزاد استفاده کنید.

■ می‌توانید نوزاد را در بغل بگیرید و یا روی زانوی خود بنشانید، با یک دست سینه و سر نوزاد را بگیرید بطوریکه چانه‌ی نوزاد روی کف دست و سینه‌ی نوزاد را روی تنه‌ی دست (منظور از تنه‌ی دست قسمت بالای مچ است) قرار دهید، (البته دقت کنید بجای چانه، گلوی نوزاد را بگیرید زیرا سبب خفگی