



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی زنجان
بیمارستان آیت الله موسوی



بخش NICU و نوزادان

انواع روش های تغذیه در نوزادان ترم و نارس

تغذیه با روش نیدینگ به دو صورت

۱- انگشتی ۲- کنار سینه ای

در روش انگشتی:

- ۱- شستن دست ها
- ۲- یک انتهای لوله معده در کنار انگشت و انتهای دیگر فنجان
- ۳- همزمان با گذاشتن انگشت اشاره در قسمت کام، فنجان را بالاتر از شیرفوار گذاشته تا شیر مریان یابد.

در روش کنار سینه ای:

- ۱- در مشکلات مثل نارسی - آسیب های نورولوژیکی - ناهنجاری های کروموزومی
- ۲- سبب تمریک تولید شیر - اشتیاق به مکیدن بیشتر
- ۳- یک طرف لوله معده را داخل فنجان گذاشته و طرف دیگر را در مین مکیدن شیر از گوشه لب به آرامی به داخل دهان وارد می کنیم.

طریقه پشال گرفتن نوزاد نارس

سرنوزاد در کف یک دست قرار گرفته و اندام های تحتانی از زیر بغل مادر رد می شود که این روش به روش (فوتبالی) معروف است.



تغذیه با لوله معده

- برای نوزادان با سن زیر ۳۰ هفته
- وزن زیر ۲ کیلو گرم
- به دو روش: بینی - دهانی - معدی

تغذیه با سرنگ و نظره چکان

- در موارد نیاز به مقادیر کم شیر مثل آغوز
- حداکثر تا ۵/۵ سی سی شیر در هر نوبت و چکاندن به داخل گونه و یا زیر زبان

تغذیه با قاشق

- مثل تغذیه با سرنگ در موارد نیاز به مقادیر کم شیر داخل دهان و یا زیر زبان
- در صورت نارسی بجای قراردادن مستقیم در دهان شیر را بلیسد.

تغذیه با فنجان

- برای سن ۳۲ - ۳۵ هفته
- ارجحیت با استفاده از بطری و سوند معده
- مصرف انرژی کمتر در نوزادان نارس
- تمریک و رفلکس مکیدن و بلعیدن و هماهنگی آن

طرز صحیح پشال گرفتن نوزاد

- بدن نوزاد روبروی مادر و در تماس نزدیک با بدن او
- سر و بدن در یک امتداد
- صورتش روبروی پستان مادر و چانه چسبیده به سینه
- لب پایین کاملاً بیرون برگشته
- مکیدن ها تند و عمیق
- شنیدن صدای بلعیدن شیر
- عدم احساس ناراحتی در شیر دادن
- رها کردن سینه بعد از سیر شدن



موانع مهم در افزایش شیر مادر

- مکیدن های مکرر شیرفوار
- دوشیدن پستان
- شیردهی شبانه

طرز صحیح دوشیدن شیر مادر

مادر در وضعیت راحتی باشد، بنشیند و پاها کمی بالاتر قرار گیرد، محیط ساکت باشد، به کودکش فکر کند، برای جریان یافتن شیر ۵-۱۰ دقیقه موله گرم روی سینه بگذارد یا با آب گرم بشوید.

برای دوشیدن

۲ انگشت زیر پستان و زیر لبه تحتانی هاله پستان و انگشت شست مقابل آن باشد و به نوک سینه فشار وارد نگردد چون نه تنها به فروج شیر کمک نمی کند بلکه باعث ترک خوردن می گردد.

دست باید به قفسه سینه تکیه داده شود، اول پستان به طرف قفسه سینه و سپس به طرف جلو آورد تا شیر خارج گردد و با قرار دادن انگشتان در جهات مختلف هاله مجاری دیگر را تخلیه کرد.

۶ روش دوشیدن شیر

۱- روش دستی ۲- شیردوش برقی

برای دوشیدن شیر بطریق دستی به مدت ۱۵ دقیقه یک سینه بطور کامل تخلیه و سینه دیگر نیز به مدت ۱۵ دقیقه دوشیده می شود که باید ۴ انگشت زیر سینه و انگشت شست بالای سینه باشد.

در این روش ابتدا سینه راست به مدت ۵ دقیقه تخلیه شده و بعد سینه طرف چپ به مدت ۵ دقیقه، مجدداً سینه

- طرف راست ۳-۴ دقیقه دوشیده شود و سینه طرف چپ نیز در ۲-۳ دقیقه و برای بار آخر هر کدام از سینه ها به مدت ۱-۲ دقیقه تخلیه می گردند. به این ترتیب ۱۵ دقیقه زمان برای هر کدام گذاشته می شود.

انواع روش های شیردهی

اگر نوزاد نارس نتواند از پستان شیر بخورد

- ✓ تغذیه با لوله معده
- ✓ تغذیه با سرنگ و قطره چکان
- ✓ تغذیه با قاشق
- ✓ تغذیه با فنجان
- ✓ تغذیه با انگشت
- ✓ تغذیه با بطری



بهترین وضعیت نوزاد نارس بعد از اتمام تغذیه خوابیده به شکم یا پهلوئی راست می باشد

بهترین فاصله برای دوشیدن شیر هر ۲ ساعت می باشد.

بیشترین میزان ترشح پرولاکتین بین ساعت ۲-۵ صبح است.