



Therapeutic Positioning for Breastfeeding

وضعیت های شیردهی درمانی

دکتر محمود راوری متخصص کودکان
عضو کمیته کشوری ترویج تغذیه با شیر مادر

اهمیت وضعیت شیردهی درمانی

- ▶ تغذیه از پستان در وضعیت موثر بر حسب شرایط سلامتی و اناتومیکی مادر و شیرخوار
- ▶ یک تدبیر جبرانی مهم برای غلبه بر مشکلات مکیدن، وضعیت اناتومیکی و نقایص عصبی
- ▶ اهمیت زیاد در موفقیت تغذیه با شیرمادر
 - در مشکلات شیردهی و نوزادان نارس و ترم،
 - در شیرخواران دارای شرایط خاص از نظر عصبی و اناتومیکی
- ▶ بخش مهمی از برنامه درمانی در مشکلاتی از قبیل:
 - زخم نوک پستان، امتناع از پستان، مقوله تولید شیر، انواع مشکلات اناتومیکی مادر و شیرخوار و کمک به اصلاح و یا جبران مشکلات مکیدن

اهمیت برقراری تماس پوست به پوست

- ▶ کمک به آمادگی و تمایل شیرخوار به گرفتن بهتر پستان
- ▶ ایده آل قبل از برقراری وضعیت های شیردهی
- ▶ ایجاد فرصتی در کاهش استرس، آرامش مادر و کودک و گرفتن خودبخودی پستان و شیردهی موفق
- ▶ اشکال در گرفتن صحیح پستان و مکیدن نامناسب و نهایتاً عدم توانایی در دسترسی به تغذیه و رشد مناسب در هنگام استرس شیرخوار

معاونت بهداشت

قرار دادن دست در قاعده گردن شیرخوار



- ▶ اهمیت قرار دادن دست در قاعده گردن شیرخوار
 - دست مادر در قاعده گردن << انگشت شست و اشاره در دو طرف گردن و در زیر گوشها و حمایت کف دست و سه انگشت دیگر، بالاترین ناحیه شانه
 - اختلال در گرفتن پستان در صورت گذاشتن دست به پشت سر شیرخوار بخصوص وقتی او با مشکلاتی روبرو است

معاونت بهداشت



Therapeutic Positions for Treatment

شیرخوار نشسته و مادر نشسته

Baby Sitting and Mother Sitting

- ▶ گشاد نشسته روبرو Straddle Sit
- ▶ نشسته از پهلو Side-Saddle Sit
- ▶ نشسته زیربغلی Clutch V-Positions
- ▶ راحتی مادر و چگونگی قدرت عضلانی شیرخوار نشان می دهد که از کدام سه وضعیت استفاده شود
 - در دو روش اول چون نیاز نسبی به قدرت عضلانی شیرخوار است لذا بطور معمول تا ۶ هفتگی انجام نمی شود لذا مادر می تواند با یک دستش پشت شیرخوار و با دست دیگرش پستان خود را حمایت کند
 - در هر حالت مادر نشسته، شیرخوار نیز نشسته و صورتش رو به پستان و سرش کمی به طرف عقب متمایل می باشد.

شیرخوار نشسته و مادر نشسته

Baby Sitting and Mother Sitting

- ▶ شایعترین علل استفاده از این روشها عبارتند از:
 - کمک به شیرخواری که زبانش بطرف بالای دهانش است (کوچکی فک پایین، مشکلات تنفسی) و با کمک این وضعیت، نیروی جاذبه زبانش به پایین دهان می آورد
 - در شیرخواران با شکاف کام، نارسایی حلق و شیرخوار با عفونت مکرر گوش و یا بخصوص در شیرخواری که بجز شیرمادر از شیرمکمل دیگری نیز بصورت SNS استفاده می کند موثر است.
 - در این وضعیت شیرخوار هوشیارتر شده و در شیرخواران با نقص نورولژیکی (هیپوتون، سندرم دان) سبب بهتر شدن مکیدن آنها می شود.

مادر نشسته و شیرخوار در وضعیت های دیگر است Mother Sitting and Baby in Other Positions

▶ وضعیت خم شدن فیزیولوژیکی Physiologic Flex Position

▶ وضعیت تقلیدی Fake Position

معاونت بهداشت

مادر خوابیده به پشت و شیرخوار خوابیده به شکم

Baby in Prone Positions and Mother Supine

▶ در این وضعیت ها بخصوص وقتی کمی شیرخوار رو به بالا هم باشد، در بهبود عملکرد دهان و حلق در کاهش انسداد مجاری تنفسی فوقانی موثر است

▶ در این وضعیت به کمک نیروی جاذبه زبان به جلو می آید

▶ وضعیت خوابیده به شکم شیرخوار به روی مادر ممکن است به سه روش زیرمیتواند قابل تغییر باشد

◦ عمودی Vertical Prone Position

◦ افقی Horizontal Prone Position

◦ شعاعی Diagonal Prone Position



روش عمودی Prone Position Vertical



معاونت بهداشت

Prone Position Horizontal روش افقی



معاونت بهداشت

Prone Position Diagonal روش شعاعی



معاونت بهداشتی

مادر خوابیده به پشت و شیرخوار خوابیده به شکم

Baby in Prone Positions and Mother Supine

- ▶ در تمام سه حالت ذکر شده مادر به پشت و شیرخوار به روی شکم سینه به سینه مادر
- ▶ سر نوزاد توسط گذاشتن کف دست مادر در قسمت جلوی سر و یا قاعده گردن شیرخوار حمایت می شود.
- ▶ زیر سر مادر و نه شانه هایش توسط یک یا دو بالش بالاتر آورده تا بتواند شیرخوارش را ببیند.
- ▶ در دو طرف مادر بالش بمنظور حمایت دست ها و زیر زانوها و نیز پشتش برای راحتی بیشتر و پیشگیری از درد پشت استفاده می کند.

مادر خوابیده به پشت و شیرخوار خوابیده به شکم

Baby in Prone Positions and Mother Supine

- ▶ در موارد استفاده از آن ها می توان اشاره نمود به:
 - در موارد زبان کوتاه (short tongue) و یا بند زبان (tongue-tie) با توجه به تمایل به جلو آمدن زبان در این وضعیت، زبان تماس بیشتری با پستان پیدا می کند.
 - روشی کمک کننده در جریان زیاد شیر
 - برای وضعیت شیردهی در ساعت اول تولد در اتاق زایمان یا عمل و حتی ریکاوری بر حسب شرایط مادر و شیرخوار

معاونت بهداشت



دیگر وضعیت های خوابیده به شکم شیرخوار

Other Prone Positions

▶ خوابیده به شکم همراه با آموزش مکیدن در تغذیه انگشتی

Prone Suck Training–Fingerfeeding Charm Hold

▶ خوابیده به شکم به روی شانه مادر

Over-the-Shoulder Prone Position

▶ خوابیده به شکم به روی سطح متحرک

Floating Prone Position

▶ خوابیده به شکم بطور مایل از یکطرف

Lateral Prone Position

▶ خوابیده به شکم در حالت زانو زدن

Kneeling Prone Position

معاونت بهداشت



مادر لمبیده به پشت

Mother Reclining Positions (Modified Semi-Fowler)

▶ مادر لمبیده به پشت، شیرخوار زانورده و نیمه خوابیده به شکم به ری مادر

Reclining Straddle Sit with Baby Semi-Prone

▶ مادر لمبیده به پشت، شیرخوار بصورت گهواره ای در اغوش مادر

Reclining Cradle

▶ مادر لمبیده به پشت، شیرخوار نشسته در کنار مادر

Reclining Sit

معاونت بهداشت



وضعیت های شیردهی با روش دست رقاوه

Dancer Hand Positions

- ▶ این روش ها در شیرخواری که نمی تواند بخوبی دهانش را به پستان بچسباند (seal) و یا مکیدن ضعیفی داشته باشد و یا در شیرخواری که اگر دهانش در روی پستان نگهداشته نشود از پستان جدا می شود، و در شیرخواران با مشکلات عصبی حرکتی هیپوتون یا هیپرتون (سندرم دان...) کمک کننده است
- ▶ در تمام سه وضعیت شیردهی به این روش، فضای دهان کوچکتر و فشارمنفی داخل آن بیشتر می شود.

شادونت بهداشت



روش دنسر کلاسیک Classic Dancer Hand Position



▶ در شیرخوارانی که فک شان زیادی به جلو می آید و بعلاوه فشارمنفی داخل دهانی کمی دارند، استفاده می شود.

معاونت بهداشت

روش دنسر تمرین مکیدن با استفاده از سه انگشت Three-Finger Dancer Suck Training Position



- ▶ در تمرین مکیدن با ویا بدون استفاده از ساپلمنت
- ▶ در مواردی که شیرخوار نیاز به حمایت چانه و کمک در افزایش فشار داخل دهان دارد استفاده می شود.

معاونت بهداشت

روش دنسر با استفاده از دو انگشت

Two-Finger Dancer Hand Position

► در مواقعی که نیازی به حمایت چانه نباشد ولیکن بتوان فضای داخل دهان را کاهش داد



تعدیل وضعیت های شیردهی در مشکلات خاص

Modifications for Specific Problems

وضعیت های خوابیده به شکم در شیرخوار چانه تو رفته

Receding-Chin Prone Positions

Cradle Prone Position وضعیت گهواره ای خوابیده به شکم

وضعیت زانوزده و رو به شکم مادر، باتکیه بر تمام چهار دست و زانو

All-Fours Position (Hands and Knees)

Upside-Down Position وضعیت خوابیده به پهلو و سر به پایین شیرخوار

Hip-Dysplasia Positions وضعیت دررفتگی لگن

وضعیت تعدیل شده گهواره ای برای تطبیق با پستان های بزرگ

Modified Cradle Position to Accommodate Large Breasts



نتیجه

هنگامی که مشاور شیردهی، مکیدن طبیعی شیرخوار، رفتارهای تغذیه ای و وضعیت های طبیعی شیردهی را بدرستی بداند، ولیکن نتیجه و عملکرد آن تغذیه پستانی را مشکل کند، استفاده از وضعیت های شیردهی درمانی میتواند کمک به جبران چالش های مربوطه نماید.