

تغذیه کودک در بخش مراقبت‌های ویژه نوزادان

Feeding your baby in the Neonatal Intensive Care Unit اطلاعاتی برای کمک به تصمیم‌گیری شما

چرا شیر مادر برای نوزادان نارس یا بیمار مهم است؟

مطالعات به ما می‌گویند که اولین شیر مادر، یا آغوز (colostrum) برای نوزادان نارس بسیار مهم است. مشخص شده است که این شیر، خطر ابتلا به یک بیماری جدی روده‌ای، موسوم به انتروکولیت نکروزان (NEC) را که می‌تواند برای نوزادان نارس رقم بخورد، کاهش می‌دهد. حتی میزان بسیار اندکی از آغوز و شیر مادر به رشد این نوزادان کمک و از آنها در برابر NEC و سایر عفونت‌ها محافظت می‌کند.

چگونه می‌توانم شیر خودم را به نوزادی که نمی‌تواند از پستان شیر بخورد، بدهم؟

بسیاری از نوزادان نارس نمی‌توانند از پستان شیر بخورند، اما با این حال هنوز هم می‌توانند شیر شما را دریافت کنند. به این منظور می‌توانید با استفاده از انگشتان دست، شیر خود را برای کودک خارج کنید. شیر شما از همان بدو تولد، بهترین منبع تامین مواد مغذی مورد نیاز کودکان است. اگر نوزاد شما نیاز دارد مدت زمان بیشتری در دستگاه بماند، می‌توانید از دستگاه مکنده تعبیه شده در خود دستگاه استفاده کنید.

برای یادگیری نحوه دوشیدن یا پمپاژ شیر و در مراحل بعدی، نحوه نگه داشتن کودک برای شیر دادن مستقیم به او می‌توانید از پرستاران جامعه خود یا بیمارستان، یا مشاوران شیردهی کمک بگیرید. برای ایجاد یک ذخیره مناسب از شیر، لازم است به همان تعداد دفعاتی که در حالت عادی به نوزاد شیر می‌دهید، شیر خود را بدوشید یا پمپاژ کنید. معمولاً این میزان، 8 بار یا بیشتر در طول 24 ساعت می‌باشد.

والدین پرسشهای زیادی در مورد نحوه تغذیه کودکان خود در بخش مراقبت‌های ویژه نوزادان (NICU) دارند. ارائه دهندگان مراقبت‌های درمانی برای کمک به تصمیم‌گیری شما در رابطه با نحوه تغذیه نوزادان در NICU اطلاعاتی برگرفته از مطالعات فعلی را به شما ارائه می‌دهند.

بسیاری از والدین می‌خواهند خودشان در مدت زمان حضور نوزادشان در NICU به او شیر بدهند، اما بنا به دلایل شخصی یا پزشکی، ممکن است برخی از والدین مجبور شوند شیر اضافی برای نوزاد فراهم آورند که میتواند شامل شیر خود مادر، شیر یک فرد اهداکننده (در صورت وجود) و یا شیر خشک شود. معمولاً شیر خود شما، مخصوصاً در زمانی که نوزاد داخل دستگاه است، بهترین گزینه برای کودک شماست.

شیر من چه مزیت‌هایی برای کودک من دارد؟

مطالعات نشان می‌دهد نوزادانی که شیر مادر دریافت می‌کنند، مصونیت بیشتری در برابر موارد زیر دارند:

- اسهال و استفراغ
- سرماخوردگی، آنفولانزا، عفونت گوش، عفونت قفسه سینه
- دیابت، چاقی مفرط، بیماری قلبی و سکنه مغزی
- برخی از سرطان‌های دوران کودکی
- مشکلات مرتبط با روده
- سندروم مرگ ناگهانی نوزاد (SIDS)

مادرانی که به طور مستقیم از سینه به نوزادان خود شیر می‌دهند یا از دستگاه‌های مکنده و شیردوش استفاده می‌کنند، مصونیت بیشتری در برابر موارد زیر دارند:

- دیابت
- مشکلات خونریزی بعد از زایمان
- سرطان سینه قبل از یائسگی
- سرطان تخمدان

ایمنی درمانی دهانی

ایمنی درمانی دهانی به شریایی گفته می‌شود که به نوزاد مقدار کمی از شیر مادرش را از طریق دهان می‌دهیم. هنگامی که کودک شما در دستگاه است، هر 2 الی 4 ساعت مقداری شیر از طریق یک سرنگ یا گوش پاککن در ناحیه بین گونه و لته‌های او ریخته می‌شود. حتی اگر امکان شیر دادن مستقیم برای شما و کودکتان فراهم نباشد، می‌توانید با استفاده از دستتان شیر را از پستان بدوشید. این روش به تولید و خالی کردن شیر مادر کمک می‌کند.

مطالعات نشان می‌دهد که ایمنی درمانی دهانی:

- احتمال عفونت را کاهش می‌دهد
- از افزایش صحیح وزن پشتیبانی می‌کند
- به افزایش ذخیره شیر مادر کمک می‌کند
- از سیستم ایمنی بدن محافظت به عمل می‌آورد
- درد برخی شیوه‌ها را کاهش می‌دهد
- می‌تواند به نوزادان کمک کند تغذیه عادی خود را زودتر شروع کنند کجا می‌توانم اطلاعات بیشتری کسب کنم؟

کجا می‌توانم اطلاعات بیشتری پیدا کنم؟

برای کسب اطلاعات در رابطه با بارداری و فرزندپروری به آدرس‌های زیر مراجعه کنید:

healthlinkbc.ca/pregnancy-parenting



fraserhealth.ca/pregnancy



برای کسب اطلاعات در مورد تغذیه با شیر خشک، به آدرس healthlinkbc.ca مراجعه کنید، گزینه "تغذیه سالم و فعالیت بدنی، سن و مراحل رشد" و سپس "نوزادان، کودکان و نوجوانان" را انتخاب کنید.

[تغذیه با شیر خشک: آماده سازی و نگهداری ایمن شیر خشک](#)



[تغذیه با شیر خشک: شروع کار](#)



برای کسب اطلاعات در رابطه با ارائه خدمات تماس پوستی در بخش مراقبت‌های ویژه نوزادان به آدرس زیر مراجعه کنید:

Patienteduc.fraserhealth.ca

عبارت "تماس پوستی با نوزاد" را جستجو کنید



perinatalervicesbc.ca

عبارت "اطلاعات مراقبت کانگوروی والدین" را جستجو کنید



برای دسترسی به منابع آموزشی بیشتر اختصاصی بیماران به آدرس Patienteduc.fraserhealth.ca مراجعه، سپس عبارات زیر را جستجو کنید:

[شیر دادن به کودک از شیشه شیر](#)



[دوشیدن شیر مادر](#)



[شیر دادن به نوزاد از سینه](#)



برای اطلاعات بیشتر، موارد زیر را از پرستار خود بخواهید:

- گزارش دوشیدن شیر از پستان
- لیست اجاره دستگاه‌های بهداشتی مکنده شیر مادر