



توجه

علائم گرسنگی و تمایل به شیر خوردن، چگونه است؟

❑ شیرخوار بیدار شده، به اطراف نگاه می کند، ملچ ، ملوچ می کند و بدنبال پستان می گردد. انگشتانش را می مکد، دست ها و پاها یش را تکان می دهید و در آخر بی قرار می شود .

❑ نباید گذاشت، شیرخوار گریه کند، چون در این حالت به سختی پستان گرفته و منجر به ناراحتی خودش و مادر می شود.

دفعات و مدت هر وعده شیردهی چگونه است ؟

- ❑ شیردهی را، بلافاصله بعد از تولد شروع کنید.
- ❑ دفعات و مدت شیردهی را براساس تمایل شیرخوار در روز و شب تنظیم کنید.
- ❑ هیچ نوع ماده غذایی به جز شیر در ۶ ماه اول لازم نیست.
- ❑ از بطری و گول زنک استفاده نکنید .





یامن اسمہ دواغہ و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

شیردهی براساس گرسنگی
و در خواست شیرخوار

کد محتوا: ۶۷۹

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

چه موقع شیرخوار سیر می شود؟

وقتی شیرخوار سیر می شود؛ احساس رضایت و راحتی می کند و خودش پستان را رها می کند و نیازی به خارج کردن پستان از دهان او نیست.

تهیه کننده: ترانه توانا، مربی و مشاور
ارشد شیردهی کشوری
منبع: تسهیل چالش های تغذیه با شیر
مادر برای نوزادان اواخر نارسایی، دکتر
محمود راوری، اداره سلامت نوزادان،
۱۳۹۶

راهنمای مادران برای تغذیه با شیر
مادر، اداره سلامت کودکان و ترویج
تغذیه با شیر مادر، ۱۳۹۵
راهنمای تغذیه با شیر مادر برای
پزشکان، ویرایش دوم، اداره سلامت
کودکان و ترویج تغذیه با شیر
مادر، ۱۳۹۷

مشاور علمی: دکتر محمود راوری؛
متخصص کودکان، عضو انجمن شیردهی
کشور، اداره سلامت نوزادان، اسفند
۱۴۰۰



□ در برخی از نوزادان این علائم خفیف است و عده ای از آنها، این علائم را بروز نمی دهند.

□ این نوزادان به توجه بیشتری نیازمند هستند؛ تا دچار افت قند خون، کم آبی و زردی نشوند.

