



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

مشاكل الرضاعة وحلولها

Breastfeeding Problems & Solutions



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

١. احتقان حلمة الثدي:

المشكلة:

- قد يحدث احتقان في حلمة الثدي عند بداية الرضاعة وذلك بسبب عدم التقام الطفل للثدي بطريقة صحيحة مما ينتج عنه إلى احتقانها ولكن سيخف تدريجياً مع مرور الأيام.



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

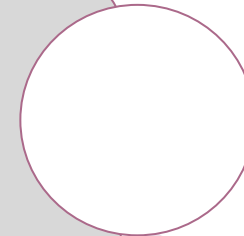
١. احتقان حلمة الثدي:

الحل:

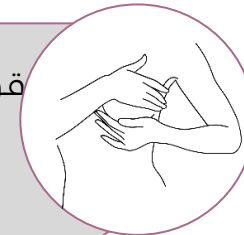
فرغي الثدي من الحليب باستمرار سواءً بالرضاع المتكرر أو عن طريق الاعتصار اليدوي أو المضخة.



ضعي كمادات دافئة على الثدي لمدة دقيقتين قبل الرضاعة مباشرة وكمادات باردة بعد الرضاعة لتخفيف الألم.



قومي بتدليك الثدي باليد بشكل لطيف باتجاه الحلمة قبل إرضاع طفلك.



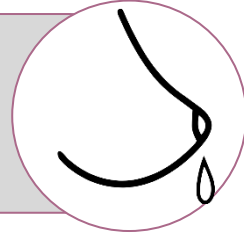
ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

١. احتقان حلمة الثدي:

الحل:

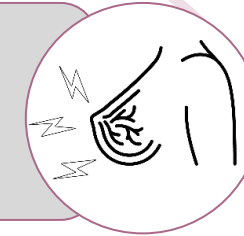
عند انتهائك من إرضاع طفلك يمكنك أن تقومي بوضع قطرات من حليبك على الحلمة.



تجنبي ارتداء المشدات والملابس الضيقة على الثدي سواء رياضية وغيرها التي قد تسهم في الضغط على الحلمة والثدي بشكل كبير.



إذا كنت تعاني من احتقان حاد بحلمة الثدي، يمكنك تغيير وضعية الرضاعة في كل جلسة.



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

٢. تراكم وامتلاء الثدي:

المشكلة:

يختلف هذا التراكم عن امتلاء الثدي بالحليب الطبيعي. من الطبيعي أن يكبر حجم الثدي ويثقل، وأن تشعر بالقليل من الألم عند امتلاء الثدي بالحليب في اليوم الثاني إلى اليوم السادس بعد الولادة. قد يحدث لاحقًا تورم بالثدي مع الشعور بالألم والحرارة وحدوث احمرار. في اليوم الثالث إلى الخامس بعد الولادة قد ترتفع درجة حرارتك نتيجة لتراكم الحليب في الثدي.



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة ؟

٢. تراكم وامتلاء حليب الثدي:

الحل:

- احرصى على تفريغ الثدي بشكل مستمر وإرضاع طفلك بشكل متكرر طوال اليوم في حال كان طفلك قادراً على الرضاعة مباشرة من الثدي. أما إذا كان غير قادر على الرضاعة بشكل مباشر من الثدي قومي باعتصار الحليب سواءً باليد أو المضخة.



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة ؟

٢. تراكم وامتلاء حليب الثدي:

الحل:

- ضعي كمادات دافئة قبل الرضعة لمدة دقيقتين فقط لتحفيز الحليب على الإدرار.
- استخدمي كمادات باردة بعد الرضعات مما يساعد على تخفيف الآلام.
- تجنبني الإفراط في استخدام المصاصات للطفل.



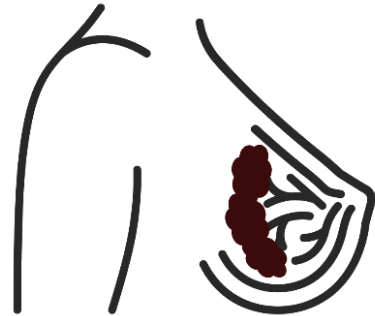
ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهك أثناء

الرضاعة ؟

٣. عدوى الثدي والانسداد في القنوات الحليبية:

المشكلة:

يحدث الانسداد كنتيجة لعدم تفريغ كامل القنوات الحليبية من الحليب بالشكل الصحيح، مما يؤدي حدوث ضغط خلف القنوات، وعادة ما يحدث الانسداد في ثدي واحد فقط. ويعتبر أمرًا شائع الحدوث وعادة لا يوجد ارتفاع في درجة الحرارة أو أي أعراض أخرى.



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

٣. عدوى الثدي والانسداد في القنوات الحليبية:

المشكلة:

- ضعي كمادات دافئة مما يساعد على تدفق الدورة الدموية للمنطقة المحترقة.
- دلكي الثدي باتجاه الحلمة وبحركة دائرية.
- أرضعي طفلك من الثدي المصاب لمعالجة الانسداد وجعل الحليب في حركة دائمة.
- أرضعي طفلك كل ساعتين.
- إحصلي على قدر كافي من النوم أو الاسترخاء برفع الأرجل بمستوى عالي.



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

٣. عدوى الثدي والانسداد في القنوات الحليبية:

تنبيه!

إذا لم يكون هناك تحسن خلال ٢٤ ساعة من اتباع كل هذه الإرشادات، وظهرت أيضًا إحدى الأعراض التالية لابد من التواصل بشكل فوري مع الطبيب، قد تكون هناك الحاجة إلى أخذ المضاد الحيوي:

- حدوث سخونة مع ازدياد الأعراض سوءًا.
- ظهور علامات حمراء على الثدي.
- وجود صديد أو دم بالحليب.
- تحول الأعراض فجأة إلى أعراض حادة.

ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

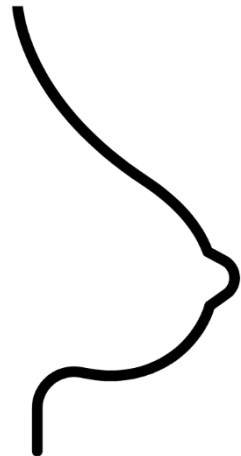
الرضاعة؟

٤. أنواع حلمة الثدي:

المشكلة:

هناك أربعة أنواع لحلمة الثدي:

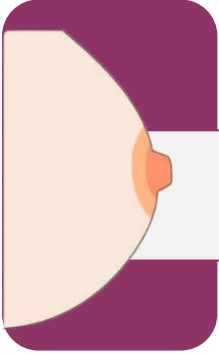
- الحلمة الطبيعية.
- الحلمة المسطحة.
- الحلمة المعكوسة (الغائرة للداخل).
- الحلمة ذات الحجم الكبير.



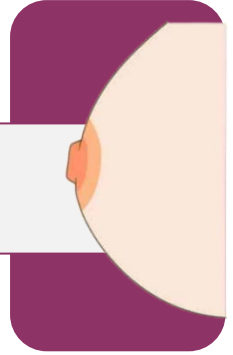
ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

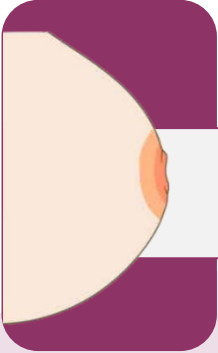
٤. أنواع حلمة الثدي:



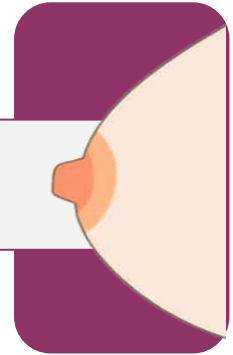
الحلمة الطبيعية



الحلمة المسطحة



الحلمة المعكوسة (الغائرة للداخل)



الحلمة الكبيرة

ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء

الرضاعة؟

٤. أنواع حلمة الثدي:

- في حال كانت الحلمة مسطحة أو معكوسة سيصعب عليك إرضاع طفلك بشكل سهل ومرن، وذلك لصعوبة التقام الطفل للحلمة ولكن الحلمة المسطحة تعتبر أسهل في التعامل عن الحلمة المعكوسة أو الغائرة للداخل.
- أما إذا كانت الحلمة كبيرة جداً فقد يستغرق الطفل فترة أطول في التعود على الوضع المناسب وسوف يتحسن مع تقدم الطفل في العمر.



ما هي المشاكل التي من الممكن أن تواجهني أثناء الرضاعة؟

٤. أنواع حلمة الثدي:

الحل:

- اعرفي نوع حلمتك خلال الحمل واطلبي المساعدة من قبل أخصائيين الرضاعة الطبيعية للتثقيف وتلقي المعلومات المناسبة حول نوع الحلمة وكيفية التعامل معها.

المصادر والمراجع:

الصور المستخدمة في هذا الكتيب من

www.canva.com

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل أخصائيي تثقيف
الرضاعة الطبيعية بمستشفى الملك فهد الجامعي.

قسم التوعية الصحية

IAU-23-23



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University