

عنوان و نام پدیدآور : تغذیه با شیر مادر/ با مقدمه و تحت نظارت نگارین اکبری؛ مولفین به ترتیب حروف الفبا نگارین اکبری... [و دیگران]؛ ویراستار علمی نگارین اکبری.

مشخصات نشر : تهران: انتشارات علمی سنا، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری : ۸۲ ص: مصور، جدول.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۵۶-۱۱-۷

وضعیت فهرست : فیا

نویسی

یادداشت : مولفین به ترتیب حروف الفبا نگارین اکبری، فاطمه زهرا اکرامی، منیره السادات حسینی، فهیمه

سهرابی، افسانه عرب.

موضوع : تغذیه با شیر مادر

موضوع : Breastfeeding

موضوع : شیردهی مادران

موضوع : Lactation

موضوع : شیردهی مادران

موضوع : Lactation

شناسه افزودن : اکبری، نگارین، ع ۱۳ - مقدمه نویس، ویراستار

رده بندی کنگره : ۱۳۹۵ ۱۷۶/ع/۱۲۰۶

رده بندی دیویی : ۶۴۹/۳۳

شماره کتابشناسی : ۴۴۸۷۷۴۲

ملی

انتشارات علمی سنا (مرجع تخصصی علوم پزشکی)

نام کتاب: تغذیه با شیر مادر

نویسنده: نگارین اکبری، فاطمه زهرا اکرامی، منیره السادات حسینی، فهیمه

سهرابی، افسانه عرب

ناشر: علمی سنا

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۵۶-۱۱-۷

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۵

صفحه آرایشی: سحر زعفرانی عیلام

تیراژ: ۳۰۰

قیمت: ۱۱۰۰۰۰ ریال

همه مادران به طور طبیعی و غریزی علاقه مند به تغذیه فرزندان خود از راه پستان فرزندان هستند و سعی دارند که بهترین مراقبت و تغذیه را برای آنان فراهم نمایند. اما شیردهی و تغذیه شیرخوار با شیر مادر فرآیندی است که نیاز به آموختن و کسب مهارت های لازم دارد که با وجود علاقه مندی مادران و حمایت اطرافیان تسهیل می گردد.

مادران نیاز دارند که وضعیت صحیح در آغوش گرفتن و به پستان گذاشتن شیرخوار، روش مطلوب تغذیه با شیر مادر، دوشیدن شیر، راه های حفظ تداوم، افزایش شیر مادر و مقابله با مشکلات پستانی و را بدانند، تمرین و تجربه کسب کنند، مورد حمایت قرار گیرند و به نگرانی ها و سوالات آن ها پاسخ کاربردی داده شود. کارکنان بهداشتی رمانی نیاز دارند که مادران را در طول دوران بارداری آماده کنند و از اولین ثانیه های پس از تولد برای تمان به شیر به نوزاد کمک کرده و به والدین آموزش دهند و آن ها را برای پیشگیری و حل مشکلات شیردهی کمک کرده و تا موفقیت کامل پیگیری نمایند.

کتاب حاضر، با ادبیاتی روان به روش سخن درآمده است و به عنوان منبع آموزشی معتبری مورد استفاده اساتید و دانشجویان کارشناسی و کارشناسان پرستاری مراقبت های ویژه نوزادان و پرستاران شاغل در بخش های نوزادان و مراقبت های ویژه نوزادان و زنان قرار خواهد گرفت. امید است تالیف کتاب حاضر کمک مؤثری در مطالعه، آموزش و یادگیری علم نوزادان برای اساتید و پرستاران باشد. سعی مولفین بر این بوده است تا تمامی مطالب مفید گردآوری شود تا خوانندگان گرامی با مطالعه کتابی جامع، تمامی نیازهای آموزشی خود را برطرف کنند. از دانشجویان عزیزم که با تلاش و پیگیری های مداوم در زمینه تالیف کتاب و ارتقاء علم نوزادان تلاش نموده اند، کمال تشکر و قدردانی را دارم و امیدوارم که به زودی شاهد پیشرفت های بیشتر آنها باشیم. در پایان از خوانندگان عزیز درخواست می شود که با انتشار سارنده خود از کتاب حاضر، ما را در ارتقای انتشارات آتی یاری نمایند.

سپاسگزارم.

نگارین اکبری

negarinakbari@yahoo.com

۱	اهمیت تغذیه با شیر مادر از دیدگاه اسلام.....
۱	انتخاب بیمارستان های دوستدار کودک برای زایمان.....
۲	فواید شیردهی برای مادر.....
۳	فواید تغذیه با شیر مادر برای شیرخواران.....
۴	نکات قابل توجه در شیر مادر.....
۴	۱. مراحل مختلف شیردهی و تغییرات ترکیب شیر مادر:.....
۵	۲. مزایای ایمنی بخش شیر مادر:.....
۵	۳. متناسب بودن ترکیب شیر مادر با نیازهای نوزادان نارس:.....
۶	نحوه بغل کردن، تحیح و پستان گرفتن شیرخوار.....
۶	الف. وضعیت مناسب مادر در زمان شیردهی:.....
۸	ب. وضعیت مناسب نوزاد هنگام شیر خوردن:.....
۱۰	ج. نحوه گرفتن پستان توسط شیر واره:.....
۱۰	نکات قابل توجه در تغذیه شیر مادر:.....
۱۰	۱. زمان آغاز شیردهی:.....
۱۱	۲. دفعات و طول مدت تغذیه با شیر مادر:.....
۱۱	۳. تغذیه از هر یک از پستان ها در هر نوبت سیردی:.....
۱۲	تغذیه انحصاری با شیر مادر:.....
۱۲	دلایل عدم استفاده از شیشه یا پستانک:.....
۱۳	استمرار تغذیه با شیر مادر:.....
۱۳	فواید تغذیه مکرر با شیر مادر:.....
۱۳	شواهد گرسنگی و سیر شدن شیر خوار:.....
۱۳	نشانه های گرسنگی شیر خوار:.....
۱۳	نشانه های سیری در شیر خوار:.....
۱۴	نشانه های کافی بودن شیر مادر:.....
۱۴	دوشیدن شیر مادر:.....
۱۴	نکات مورد توجه قبل از دوشیدن شیر:.....
۱۶	نحوه دوشیدن شیر با دست:.....
۱۷	مدت زمان و تعداد دفعات دوشیدن شیر مادر:.....
۱۹	موارد کاربرد دوشیدن دستی شیر از پستان مادر:.....
۲۰	علت ترجیح دادن مادران به استفاده از شیردوش دستی:.....
۲۰	آماده کردن ظرف برای جمع آوری شیر مادر:.....

۲۱	شیردوش.....
۲۲	انواع روش های تغذیه شیرخوار با شیر دوشیده شده.....
۲۴	تغذیه با فنجان.....
۲۵	نحوه تغذیه با فنجان :.....
۲۶	مزایای تغذیه با فنجان :.....
۲۶	مضرات تغذیه با فنجان :.....
۲۷	نگهداری شیر مادرو شیر دوشیده شده.....
۲۷	اختلاف ترکیب شیر مادر و شیر خشک و برتری شیر مادر :.....
۲۸	مضرات شیر خشک :.....
۲۹	مشاوره شیردهی.....
۳۱	معاینات پستان و وضعیت های ترک پستان.....
۳۳	نوک پستان های صاف و فر رفته.....
۳۴	نوک پستان بلند.....
۳۵	انسداد مجرای شیر و ماستیت.....
۳۷	درد و زخم نوک پستان ها.....
۳۹	آبسه پستان.....
۴۰	برفک.....
۴۱	گره زیر زبانی (فرنلوم کوتاه).....
۴۲	نگرانی های مربوط به سلامت مادران.....
۴۲	۱. نیازهای تغذیه ای زنان شیرده:.....
۴۲	۲. چگونگی تأثیر شیردهی به فاصله گذاری بین فرزندان:.....
۴۳	۳. تداوم شیردهی در هنگام بیماری مادر:.....
۵۰	مصرف شیر دایه.....
۵۰	شیرخواران نیازمند به شیر جایگزین.....
۵۰	۴. داروها و شیردهی:.....
۶۲	تغذیه شیرخوار در بحران ها.....
۶۲	بارداری و شیردهی.....
۶۳	شیردهی در چند قلوها.....
۷۱	تغذیه در شیرخوار مبتلا به شکاف کام ولیب.....
۷۲	تغذیه در شیرخوار مبتلا به سندروم داون.....
۷۳	چگونگی انتخاب راه تغذیه نوزاد با توجه به سن حاملگی.....