

التهاب و عفونت پستان در دوران شیردهی شایع است. البته در حال حاضر با مصرف آنتی بیوتیکها در هنگام زایمان، میزان بروز این عفونتها کاهش یافته است، ولی با این حال هنوز هم بسیاری از مادران شیرده دچار این مشکل می شوند. توجه و مراقبت کافی از پستان در دوران حاملگی و شیردهی می تواند شانس ابتلا به این عفونتها را کاهش دهد. این مراقبتها شامل بهداشت مناسب، جلوگیری از پرشدن شیر در پستان و جلوگیری از بروز خراشهای نوک پستان هستند.

در دوران شیردهی، شستشوی پستان ها قبل و پس از شیردادن به کودک لازم است. نوک پستان بایستی خشک و تمیز نگاه داشته شود و بایستی توجه کرد که تمام قسمتهای پستان نیز کاملاً تمیز شود.

رعایت این نکات در پیشگیری از بروز عفونتهای پستان بسیار مؤثر است.

رعایت بهداشت پستانها در دوران بارداری و شیردهی، شانس ابتلا به عفونتهای پستان را در دوران شیردهی کاهش می دهد.

****مادران شیرده در دو مرحله از**

دوران شیردهی مستعد ابتلا به عفونت پستان هستند:

****در طی ماه اول شیردهی بعد از**

اولین حاملگی

در این زمان به خاطر عدم آگاهی و تجربه کافی مادر نوک پستانها بیشتر در معرض صدمه هستند. بهداشت پستان ها کمتر رعایت می شود و مراقبت کافی از پستانها به عمل نمی آید. به این ترتیب حدود ۷۵٪ از آبنسهای پستان در دوران شیردهی، در ماه اول پس از زایمان اتفاق می افتند.

**** در زمان گرفتن کودک از شیر:**

در این دوران به خاطر تجمع بیشتر شیر در پستانها و همچنین به خاطر وجود دندان در دهان کودک و صدمه به نوک پستان، امکان بروز عفونت افزایش می یابد.

در هر حال در صورت بروز بیماری، بیمار از قرمزی و تورم دردناک پستان شاکی است که اغلب با علائمی مثل تب همراه است. در مراحل اولیه تنها التهاب و قرمزی مختصری در پوست دیده می شود و در صورتی که درمان انجام نشود، با پیشرفت بیماری آبنس تشکیل شده و پوست روی آن ممکن است حالت زخمی پیدا کند. در بیمارانی که تحت درمان آنتی بیوتیکی قرار گرفته اند ممکن است علائم معمول بیماری وجود نداشته و تنها توده ای قابل لمس باشد،

**** آبنس پستان در دوران نوزادی**

این نوع آبنسها در دوران شیرخوارگی ایجاد شده و در ۲۰٪ موارد با استفاده از آنتی بیوتیک، بیمار بهبود می یابد. در بقیه موارد



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی کرمانشاه
بیمارستان حضرت رسول (ص) جواهرود

عفونتهای پستان در دوران

شیر دهی



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش به بیمار

● علائم عفونت شامل قرمزی، گرمی، درد و گاه تورم است. در صورت عدم درمان، ابسه ایجاد می شود که درمان آن، تخلیه چرک به روش جراحی است..

*** به مادران جوان توصیه می شود:

هنگام شیردادن به نوزاد، قسمت هاله و نوک پستان را وارد دهان نوزاد کنید. در صورتی که فقط نوک پستان وارد دهان نوزاد شود، احتمال ایجاد خراشهای نوک پستان بیشتر است.

- قبل و پس از شیردادن به نوزاد نوک پستان ها را با آب گرم بشوئید.

- همواره نوک پستان و هاله اطراف آن را تمیز و خشک نگاهدارید. هر گاه نوزاد شما گرسنه بود، به او شیر بدهید. با این کار نه تنها شیر شما زیاد می شود، بلکه بعلت تخلیه شیر احتمال عفونت های پستان کاهش می یابد.

احتیاج به تخلیه چرک با استفاده از سوزن یا جراحی و سپس درمان آنتی بیوتیکی پیدا می کنند و عود پس از درمان دیده نشده است. نکته مهم در درمان بیماران این است که در صورت بروز ابسه در دوران شیرخوارگی مراقبت کافی از نظر جلوگیری از صدمه بافت پستان ضرورت دارد زیرا تخریب بافت پستانی ناشی از التهاب و عفونت و همچنین تخلیه چرک به روش جراحی می تواند در آینده از نظر رشد پستانهای بیمار، مشکل ایجاد کند.

*** خودمراقبتی در منزل

● عفونتهای پستان ممکن است در دوران شیردهی یا دوران غیر شیر دهی ایجاد شوند.

● رعایت بهداشت پستانها در دوران

شیردهی و جلوگیری از خراش نوک

پستانها شانس ابتلا به عفونتهای پستان را در زمان شیردهی کاهش می دهد.