

ما المقصود باحتقان الثدي؟

الشرح

احتقان الثدي هو تورم الثديين. وهو أمر شائع لدى الأمهات الذي يرضعون رضاعة طبيعية. وغالبًا ما يحدث ذلك خلال الأسبوع الأول بعد الولادة عندما يبدأ نسيج الغدد اللبنية في العمل. ويمكن أن يتسبب التورم في إيقاف تدفق الحليب. وقد يجعل ذلك النقام الثدي صعبًا على الطفل. يمكن أن يقل تدفق الحليب عند عدم إفراغه من الثدي. إذا لم يتم علاج الاحتقان، فإن الأم تكون عرضة لعدوى في الثديين تسمى التهاب الثدي.

الأعراض

تشمل أعراض الاحتقان التورم والدفء أو الألم عند اللمس أو ألم في الثديين.

العلاج

العلاج الموصى به لاحتقان الثدي هو الإرضاع كل ساعة إلى ثلاث ساعات أو الشفط بالمضخة كل ثلاث ساعات لمدة 15 دقيقة. إذا واجه طفلك صعوبة في التقام الثدي، فاعصري الثدي باليد أو باستخدام المضخة لمدة دقيقتين إلى ثلاث دقائق قبل الإرضاع لتليين هالة الثدي (المنطقة الداكنة حول الحلمة). تقلل الأدوية المسكنة التي يتم صرفها من دون وصفة طبية مثل إيبوبروفين (ibuprofen) من التورم والألم. كما تقلل الكمادات الباردة على الثدي من التورم.

اتصلي بطبيبك في الحالات الآتية:

اتصلي بالطبيب إذا ساءت الأعراض لتشمل وجود منطقة ساخنة حمراء متورمة ومؤلمة عند اللمس مع الحمى والرجفة وأعراض مماثلة للإنفلونزا.

الوقاية

قومي بالإرضاع كلما أراد طفلك ذلك وتجنبي إرضاع طفلك بالحليب الصناعي. إذا كان طفلك لا يرضع من الثدي، فاشفطي الحليب بالمضخة كل ثلاث ساعات حتى في أثناء الليل.

اتصل بنا

لمعرفة معلومات إضافية حول هذا الموضوع المتعلق بالصحة، يُرجى الاتصال بمركز طب الرضاعة الطبيعية (Center for Breastfeeding Medicine) على الرقم 513-636-2326.

Last Updated: 03/2025 per Olga Tamayo