

## التقام الحلمة أو المص غير الفعال

يجب أن يكون لدى الطفل الذي يرضع طبيعيًا القدرة على إخراج الحليب بشكل جيد من الثدي. ويجب أن يحصل الطفل على ما يكفي من الحليب لزيادة الوزن والحصول على التغذية السليمة. كما أن مص الطفل "يعطي إشارة" إلى الثديين بزيادة إنتاج الحليب أو الحفاظ عليه. إن ضعف إخراج الطفل للحليب من الثدي قد يؤدي إلى مشكلات في عدم زيادة الوزن والتغذية، بسبب عدم حصول الطفل على كفايته من الحليب. وسيؤدي ضعف إخراج الطفل للحليب إلى انخفاض إنتاج الأم للحليب.

### الحالات التي يمكن أن تسبب مشكلات في المص أو التقام الحلمة

هناك العديد من الأشياء التي تؤثر في مدى قدرة الطفل على مص الحليب وإخراجه من الثدي. بعض الرضع يجدون صعوبة في البقاء متيقظين. بينما يعاني آخرون مشكلات في تنسيق أنماط المص والبلع والتنفس. ويعاني عدد قليل من الرضع حالات تؤثر في بنية الفم مما يجعل الرضاعة صعبة. تتضمن بعض أسباب مشكلات المص أو التقام الحلمة ما يلي:

- الإبتسار (الولادة المبكرة)
- أدوية المخاض والولادة
- الإصابة بمتلازمة داون
- اليرقان
- العدوى
- عيوب خلقية بالقلب
- اللسان المربوط
- الشفة الأرنبية أو انشقاق الحنك

### علامات تشير إلى وجود مشكلات

من المهم معرفة العلامات التي تدل على أن الطفل لا يخرج الحليب من الثدي بصورة جيدة. ويمكن اتخاذ خطوات لحل المشكلة.

#### العلامات التي تدل على عدم فعالية المص عند الطفل:

- لا يستيقظ من تلقاء نفسه للرضاعة ثماني مرات أو أكثر خلال 24 ساعة أو كل 3 ساعات على الأقل.
- يلتقم الثدي ثم ينزلق منه عدة مرات خلال الرضاعة.
- ينام خلال خمس دقائق من التقام الثدي أو بعد المص لمدة دقيقتين أو ثلاث.
- لا يمص بانتظام خلال أول سبع إلى عشر دقائق من الرضاعة.
- يرضع لأكثر من 30 دقيقة دون أن تظهر عليه علامات الشبع.
- يتبرز أقل من مرتين خلال 24 ساعة بنهاية الأسبوع الأول (خلال أول أربعة إلى ثمانية أسابيع).
- معدل ابتلال حفاضاته أقل من ست حفاضات مبللة بالكامل خلال 24 ساعة بنهاية الأسبوع الأول.
- فقدان الوزن السريع أو الكثير (أكثر من 7-10%) في أول 10-14 يوماً، أو زيادة الوزن بصورة بطيئة (أقل من ½ - 1 أونصة في اليوم).

#### علامات تظهر على الأم:

- تعاني ألماً أو كدمات بشكل مستمر في الحلمات أو الهالة المحيطة بها.
- تعاني احمرار الحلمات أو خشونتها أو تشققها.
- تصبح الحلمات مجعدة أو مسطحة بعد الرضاعة.
- لا يمتلئ ثديها قبل الرضاعة ولا يلين بعد الرضاعة.
- تُصاب بالاحترقان وانسداد القنوات اللبنية أكثر من مرة (انسداد القنوات) أو عدوى مثل التهاب الثدي.

## المساعدة على الرضاعة الطبيعية

يمكن أن تكون مشكلات الرضاعة مزعجة، لكن معظم الأطفال سيتعلمون الرضاعة الطبيعية مع الوقت. من المهم العمل مع طبيب الطفل واستشاري الرضاعة لديكم المعتمد من المجلس الدولي لمختبري استشاري الرضاعة الطبيعية (International Board Certified Lactation Consultant, IBCLC) لحل مشكلات التقام الطفل للحلمة أو المص. هناك بعض الأشياء التي يمكنك فعلها للمساعدة في عملية الرضاعة الطبيعية. عليك أيضًا التأكد من أن طفلك يتناول ما يكفي. اسألي طبيب طفلك دائمًا إذا كانت لديك أسئلة.

- أيقظي الطفل للرضاعة كل ثلاث ساعات. وأرضعيه قبل مرور الثلاث ساعات إذا ظهرت عليه أي إشارات أو علامات لرغبته في الرضاعة.
- اعلمي أن أداء طفلك سيكون أفضل في بعض مرات الرضاعة مقارنةً بغيرها.
- دلكي ثديك باتجاه الحلمة في أثناء الرضاعة. سيساعد هذا على تدفق الحليب إلى فم الطفل ويشجعه على البقاء مستيقظًا والاستمرار في المص.
- احتفظي بسجل لعدد الحفاضات المبللة بالبول والبراز يوميًا. واكتبي كمية البراز ولونه.
- إذا كان طفلك لا يرضع جيدًا من الثدي، فاستخدمي مضخة شفط كهربائية مزدوجة من الفئة المخصصة للاستخدام في المستشفيات لإدرار كمية جيدة من الحليب والحفاظ على تلك الكمية. واشفطي الحليب المتبقي باستخدام الجهاز بعد الرضاعة.
- قدي كمية إضافية من الحليب الذي تم شفطه وفق الإرشادات. وتحديثي إلى طبيب طفلك حول استخدام حليب متبرعة من بنك الحليب أو الحليب الاصطناعي، إذا لم يكن لديك ما يكفي من الحليب لإرضاع طفلك.
- بعض الرضع يحتاجون إلى المساعدة لتعلم المص. اطلي من طبيبك النصيحة أو الإحالات إذا كانت لديك مخاوف.
- بعض الطرق وأجهزة الرضاعة يمكن أن تساعد الطفل في تعلم الرضاعة الطبيعية. ويمكن أن يساعدك استشاري الرضاعة المعتمد من المجلس الدولي لمختبري استشاري الرضاعة الطبيعية، أو مقدم الرعاية الصحية في تحديد ما إذا كان الجهاز أو الطريقة مناسبة لطفلك.

احصلي على الدعم؛ استشيري استشاري الرضاعة المعتمد من المجلس الدولي لمختبري استشاري الرضاعة الطبيعية، أو مقدم الرعاية الصحية لطفلك حول أي مخاوف أو أسئلة. يمكن أن تساعدك شبكة الدعم الخاصة بك في توفير المعلومات والدعم المعنوي الذي تحتاجين إليه.

## اتصلي بنا

لمزيد من المعلومات؛ اتصلي بمركز طب الرضاعة الطبيعية (Center for Breastfeeding Medicine) على الرقم 513-636-2326.

Last Updated: 05/2024 per Olga Tamayo, Lactation Consultant