

التهاب الثدي هو تورم الثدي. يمكن أن يحدث عندما يكون الثدي ممتلئًا بشكل زائد بالحليب ولم يتم التخلص من الحليب بانتظام سواء عن طريق الرضاعة الطبيعية أو عن طريق عملية الشفط. يمكن أن يكون التهاب الثدي أيضًا بسبب عدوى في الثدي.

من الأعراض المبكرة لالتهاب الثدي وجود منطقة بها احمرار وألم عند اللمس في الثدي والتي لم تتحسن مع الرضاعة الطبيعية أو عملية الشفط. قد تشعر الأمهات بالتعب. وقد يلاحظن أعراضًا مثل أعراض الأنفلونزا مثل الحمى والرجفة وأو الألم بالجسم.

العلاج

اتصلي بالطبيب على الفور إذا كنت مصابة بأعراض التهاب الثدي!

للمساعدة على تحسن حالة التهاب الثدي:

- تخلصي من حليب الأم من الثدي بانتظام عن طريق الرضاعة الطبيعية وأو عملية الشفط
- قومي بشفط كلا الثديين في نفس الوقت إن لم تكن الرضاعة الطبيعية المباشرة ممكنة
- استخدمي كمادات رطبة دافئة قبل الرضاعة أو قبل عملية الشفط
- يمكن استخدام الكمادات الباردة عند الشعور بعدم الراحة
- قومي بتدليك الثدي برفق عند الرضاعة أو القيام بعملية الشفط للمساعدة على إخراج الحليب من الثدي
- استرجعي قدر الإمكان وأكثر من تناول السوائل واستخدمي الأدوية كما وصفها الطبيب

لا يوجد خطورة من إرضاع الطفل حليب الأم أثناء الإصابة بالتهاب الثدي.

الوقاية

للمساعدة على الوقاية من التهاب الثدي:

- قومي بإرضاع الطفل رضاعة طبيعية عدة مرات (ما لا يقل عن 8 إلى 12 مرة في اليوم)
- احرصي على النقاام الطفل للثدي بشكل صحيح لمنع تشقق جلد الحلمة.
- قومي باستخدام مضخة الشفط أو تعصير الحليب يدويًا إذا لم يتم تناول إحدى الرضعات أو في حالة امتلاء الثديين بشكل زائد.
- قومي بتدليك أي مناطق متصلبة في الثدي أثناء رضاعة الطفل أو عملية الشفط
- تجنبي ارتداء حمالات الصدر الضيقة أو حمالات الصدر المدعمة بأسلاك داخلية
- افطمي تدريجيًا من إدرار الحليب

اتصلي بنا

لمعرفة معلومات إضافية حول هذا الموضوع الصحي اتصلي بمركز طب الرضاعة الطبيعية (Center for Breastfeeding) على 513-636-2326.

Last Updated 05/2024 by Olga Tamayo, MSN, RNC, IBCLC