

روزهای شیرین تولد نوزاد

تماس پوستی مادر و نوزاد و شیردهی

دکتر ناهید جعفری

دبیر تخصصی نوزادان

رباب بیاضی

کارشناس مامایی

نیکان کتاب

بهار ۱۳۹۹

سرشناسه	: جعفری، ناهید، ۱۳۵۳-
عنوان و نام پدیدآور	: روزهای شیرین تولد نوزاد : تماس پوستی مادر و نوزاد و شیردهی/ ناهید جعفری، رباب بیات؛ ویراستار ادبی زهرا شاهی.
مشخصات نشر	: زنجان : نیکان کتاب، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۴ص.: مصور.
شابک	: ۴۰۰۰۰۰ ریال: ۷- ۱۹۶۵۸۱- ۹۶۴- ۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه.
عنوان دیگر	: تماس پوستی مادر و نوزاد و شیردهی.
موضوع	: مادر و نوزاد / Mother and infant
موضوع	: شیردهی مادران / Lactation
موضوع	: تغذیه با شیر مادر
موضوع	: Breastfeeding
موضوع	: مراقبت‌های پس از زایمان
موضوع	: Postnatal
شناسه افزوده	: بیات، رباب، ۱۳۵۶-
رده بندی کنگره	: ۵۲۰
رده بندی دیویی	: ۵۸۰/۴۲
شماره کتبخانی ملی	: ۶۱۱، ۹۹۰

روزهای شیرین تولد نوزاد

تماس پوستی مادر و نوزاد و شیردهی
 مؤلفین : دکتر ناهید جعفری- رباب بیات
 ویراستار ادبی : زهرا شاهی
 امور فنی: نیکان کتاب
 لیتوگرافی : ولیعصر
 چاپ اول: بهار ۹۹
 طراحی جلد: آتلیه سگال (رجبی- کرمی)
 تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه
 قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان
 شابک: ۷- ۱۹۶۵۸۱- ۹۶۴- ۹۷۸



دفتر نشر:

زنجان: چهارراه سعدی، کوچه شهید باقری، ساختمان سپهر، واحد ۴
 تلفکس: ۲ - ۳۳۳۳۵۵۴۱ - ۰۲۴

Email: Nikanketab@yahoo.com
www.nikanketab.ir

حق چاپ محفوظ است.

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول

آمادگی برای بارداری ۱۱/

۱۲	آمادگی برای بارداری
۱۳	تغذیه دوران قبل از بارداری
۱۷	تغذیه دوران بارداری
۱۹	افزایش وزن در دوران بارداری
۱۹	ویزیت های دوران بارداری
۲۲	نیازهای تغذیه ای مادر در دوران شیردهی

فصل دوم

مشکلات شایع شیردهی در روزهای اول تولد ۲۷/

۲۸	مشکلات شایع شیردهی در روزهای اول تولد
۲۸	کم شیري
۲۹	جملات مثبت و تاکیدی و سپاسگزاری برای افزایش شیر مادر

- ۳۰.....احتقان پستان
- ۳۲.....زخم نوک پستان
- ۳۴.....درمان زخم نوک پستان
- ۳۶.....ماستیت یا التهاب پستان
- ۳۷.....علائم ماستیت
- ۳۷.....علل ماستیت
- ۳۷.....عوامل افزایش دهنده خطر ماستیت
- ۳۸.....روش های پیشگیری ماستیت
- ۳۸.....عوارض ماستیت
- ۳۹.....تشخیص ماستیت
- ۳۹.....درمان ماستیت
- ۴۰.....راه های افزایش شیر مادر در روزهای اول
- ۴۳.....اقدامات تحریک رفلکس جهش شیر
- ۴۴.....توصیه هایی برای دوشیدن موفق شیر
- ۴۵.....اقداماتی برای مهار رفلکس جهش شیر
- ۴۵.....دوشیدن به چه منظور و چرا باید انجام شود؟
- ۴۷.....روش های دوشیدن شیر
- ۵۰.....نحوه ذخیره و مصرف کردن شیر دوشیده
- ۵۳.....دلایل تولید شیر ناکافی در بعضی از مادران از بدو تولد نوزاد
- ۵۹.....انواع شیردهی
- ۶۳.....چه زمانی و چگونه باید کودک را از شیر گرفت؟
- ۶۶.....تغییرات مادر بعد از قطع شیردهی

فصل سوم

روزهای اول تولد نوزاد / ۶۹

- ۷۰..... روزهای اول تولد نوزاد.....
- ۷۱..... خصوصیات شیر مادر.....
- ۷۳..... شرایط ترخیص از بیمارستان.....
- ۷۵..... تغذیه و نوجهاات لازم در منزل.....
- ۷۵..... تغذیه.....
- ۷۶..... تغییرات وزن.....
- ۷۷..... تغییرات دفع.....

فصل چهارم

اهمیت تماس پوست با پوست مادر و نوزاد بلافاصله بعد از زایمان / ۷۹

- ۸۳..... فواید و اهمیت تماس پوست با پوست مادر و نو.....
- ۸۷..... هم اتاقی مادر و نوزاد.....
- ۸۸..... اقدامات لازم برای تغذیه موفق با شیر مادر.....

فصل پنجم

نحوه انجام تماس پوستی مادر و نوزاد و شیردهی در ساعت اول تولد / ۸۹

- ۹۰..... نحوه انجام تماس پوستی مادر و نوزاد در.....
- ۹۱..... مزایای شروع به موقع تغذیه شیر مادر برای مادر و نوزاد.....
- ۹۲..... مزایای تماس پوست با پوست مادر و نوزاد پس از تولد.....
- ۹۸..... ریز مغذی های حایز اهمیت بیش تر در دوران بارداری.....

- اولین ملاقات مامایی..... ۱۰۲
- آموزش شیردهی قبل از زایمان..... ۱۰۳
- مراقبت های حین زایمان ، انتقال به دوران شیردهی..... ۱۰۵
- مدیریت دردهای زایمانی و زایمان..... ۱۰۶
- کاهش درد حین و پس از زایمان..... ۱۰۶
- زایمان به صورت سزارین..... ۱۰۷
- شیردهی ساعت اول و تماس پوستی ساعت اول تولد در زایمان طبیعی..... ۱۰۹
- زمان پوستی و شیردهی ساعت اول در زایمان به روش سزارین..... ۱۱۵
- وظیفه تیم پزشکی در ساعات اول تولد..... ۱۱۹
- سزارین با بی حسیه ای..... ۱۲۲
- سزارین با هوشیاری..... ۱۲۳
- وظیفه تیم پزشکی در بخش پس از زایمان..... ۱۲۴